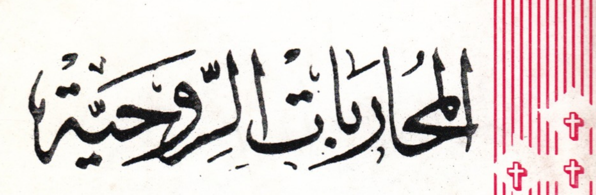


الكتاب الثانى

كنيسة مارجرجس باسبورتنج



ثيوفان الناسك [1]

الكتاب الثانى

---

(١) سجلها الأب نيقوديموس من جبل آثوس باليونان بتصرف وتوسع

١٩

كيف تحارب الأوجاع الجسدية

اعلم يا أخى أن هناك طريقة مخالفة للمحاربة ضد الأوجاع الجسدية تغاير المحاربات ضد الأوجاع الأخرى . إن أردت أن تسيّر الأمور فى الوضع الصحيح ، هناك أمر يُعمل قبل أن تجرب بهذه الأوجاع ، وأمر آخر يُعمل أثناء التجربة ، وآخر بعد ما تنتهى التجربة .

قبل التجربة ينبغى أن تركز انتباهك على الأسباب التى تتولّد منها عادة هذه الأمور ، والعلل التى تجعلها تقتحم عليك فالقاعدة هنا هى أن تستخدم كل الوسائل لتتجنب جميع المواقف التى ربما تثير الاضطراب فى جسمك ، لا سيما مقابلة أشخاص من الجنس الآخر . فإن اضطررت أن تتحدث مع أحدهم ، فلتكن المحادثة قصيرة ومحتشمة وليعلو وجهك عبوس العفاف ، لتكن كلماتك أخوية ، ولكن تحفظ للمستقبل . لا تصدق **« ثق فى عدوك** (سى ١٢ : ١٠) . هكذا يقول الحكيم ابن سيراخ لذلك ، لا تثق فى جسدك ، لأنه كما أن الحديد يصدأ من ذاته ، هكذا طبيعة الجسد الفاسدة تنتج اثارات شريرة للشهوة **« لأنه كما أن النحاس (الحديد) يصدأ هكذا يكون خبثه»** (سى ١٢ : ١٠) ، اننى أكرر مرة أخرى ، لا تثق بنفسك من جهة هذا.

حتى إن كنت لم تشعر لفترة طويلة بوخز جسدك . لأن الخبث المثلث اللعنة ، أحياناً يصل فى ساعة واحدة ، أو دقيقة واحدة ما لم يبلغه فى سنين . ودائماً يعمل استعداداته للهجوم فى سكون. فاعلم أنه بمقدار ما يتظاهر الجسد بأنه صديقك ، ولا يعطى أى علامة تشكك ، بقدر عظم الضرر الذى يعكسه فيما بعد ، وغالباً ما يضرب ضربته القاضية .

ينبغى أن يحترس الجميع في إتصالهم مع الجنس الآخر ، حيث يعتبر الاتصال بهم خيراً فى الحياة العامية ، إما لأنهم أقرباء ، أو لأنهم أنقياء وفضلاء ، أو لأنهم أسدوا اليك معروفاً ، وتضطر أن تعبر لهم عن مشاعر العرفان بالجميل بقدر ما تستطيع . عليك أن تخاف من هذا ، لأنه بدون الخوف والانتباه لذاتك ، يختلط هذا الاتصال عملياً بالشهوة الحسية الرديئة . فتتسلل الى النفس تدريجياً وبلا شعور حتى تصل الى عمق أعماقها . وهكذا يظلم العقل حيث إصابة العدوى يبدأ فى التهاون بأسباب الخطيئة الخطيرة ، مثل الحملقة الشهوانية أو الكلمات الحلوة من الجهتين ، أو حركات الإغراء ، وأوضاع الجسد ، وضغط الأيدى .

وهكذا ، أخيراً يقع فى ذات الخطيئة وفى شباك الشرير حيث يصعب جداً - وفى بعض الأحيان يستحيل - أن ينتشل ذاته منها .

لذلك يا أخى إهرب من هذه النار ، لأنك بارود ، ولا تجرؤ أن تفكر فى خيالك بأنك بارود رطب مبتل بمياه الإرادة الصالحة الحازمة . لا ، لا ! أفضل لك أن تفكر إنك جاف كالجفاف ، وسوف تشتعل بالنار بمجرد ملامستك للهب . لا تعتمد على ثبات عزمك واستعدادك للموت فى نظير أن لا تغضب الله بالخطيئة . لأنه بافتراض أن هذا العزم يجعلك بارودا رطبا ، إلا أنه بمداومة الاتصال والجلسات الخاصة ستجف ارادتك الباردة بنار الجسد تدريجيا ، وسوف لا تلاحظ على الإطلاق كيف اشتعلت بالحب الجسدى لهذا الحد ، حتى أنك لم تعد تخجل من الناس ولا تخاف الله ، وسوف لا تعبأ بالشرف ولا بالحياة ولا كل عذابات الجحيم حين تتوق لتتميم الخطيئة .

لذلك تجنب بكل الوسائل الممكنة :

١- الاتصال بالناس الذين يمكن أن يكونوا تجربة لك . إن كنت تريد باخلاص أن تهرب من أسر الخطيئة .

إن سليمان الحكيم يدعو الانسان حكيما إن كان يخاف ويحيد عن أسباب الخطيئة ، ويسمى الانسان أحمقا إن كان يهمل تجنبها معتمدا على نفسه بثقة كبيرة .

« الحكيم يخشى ويحيد عن الشر ، والجاهل

يتصلف ويثق (فى أفعاله)(أم ١٤ : ١٦) . ألم يقل الرسول هذا حينما نصح أهل كورنثوس اهربوا من الزنى (١كو ٦ : ١٨) .

ب- اهرب من الكسل والتراخى ، تيقظ وقف محترساً فى كل الأشياء شاخصا الى أفكارك عن قُرب ، مدبراً نشاطك بحكمة ومرتباً أفعالك حسبما يتطلبه وضعك .

جـ - لا تخالف معلميك ومرشديك الروحيين ، بل اطعهم برغبة فى كل شئ ، منفذاً أوامرهم بسرعة وعن استعداد ، لا سيما أولئك الذين يقدرون أن يعلموك الاتضاع ويغضبونك ضد ارادتك وأهوائك .

د- لا تسمح لنفسك بجسارة أن تدين قريبك ، لا تدِن ولا تحكم على أحد خصوصاً فى الخطايا الجسدية بالذات التى نتحدث عنها . إن كان أحدهم قد سقط فيها بوضوح ، فالأحرى بك أن تظهر الشفقة والعطف عليه ، فلا تحنق عليه ولا تسخر منه، بل اجعل من عبرته درساً لك فى الاتضاع ، تحقق أنك أيضاً ضعيف جداً ومتحرك من الخطيئة كريشة فى مهب الرياح ، وقل لنفسك : « هو سقط اليوم ، وغداً أسقط أنا » ... اعلم أنك إن كنت بسرعة تلوم الآخرين وتحتقرهم فإن الله سيرد لك عقاباً مؤلماً فيتركك تسقط فى نفس الخطية التى تلوم الآخرين عليها ، لا

تدينوا لكى لا تدانوا» (مت ٧ : ١) سوف يحكم عليك بنفس العقوبة كى تتعلم منها مضرة كبريائك .

وهكذا اتضع كى تجد شفاءاً لشرين : الكبرياء والزنى . وحتى إن كان الله فى مراحمه قد حماك من السقوط ، وحفظ طهارة فكرك بلا دنس عليك أن تكف عن ملامة الآخرين إن كنت تلومهم ، وبدلاً من الثقة فى نفسك خف بالحرى ولا تفتر فى ثباتك الشخصى .

هـ - راقب نفسك بانتباه ، وتيقظ لذاتك . فإن كنت قد حصلت على هبة من الله أو إن وجدت نفسك فى حالة روحية جيدة ، لا تفتر بنفسك وتهيم فى المجد الباطل ، ولا توافق على التطورات الباطلة عن نفسك ظاناً انك شئ ، ومتصوراً أن أعداءك لا يجرؤوا أن يهاجموك ، أو أنك تبغضهم وتحتقرهم لدرجة أنك سترفضهم سريعاً إن تجاسروا على الاقتراب منك . بمجرد أن تفكر هكذا ، سوف تسقط بكل سهولة كورقة خريفية من شجرتها هذا ما ينبغى عمله قبل ما تدهمك الشهوات الجسدية .

فى وقت التجربة نفسها اعمل كما يلى :

اسرع لتكتشف السبب الذى حرك الهجوم ، وأذله على الفور. هذا السبب ربما يكون داخلياً أو خارجياً . الأسباب الخارجية

ربما تكون : نظرات غير مرتبة ، كلما تلذ السمع ، روائح تسر الأنف ، سلوك ومحادثات منحلة ، لمس وضغط الأيادى مادياً ، رقصات ... وأمور أخرى . والشفاء من هذه كلها هو : ثوب بسيط متواضع ، عدم النظر أو السمع أو الشم أو القول أو لمس أى شئ ينتج عنه هذا التأثير المخزى . وعلى الخصوص تجنب كل المقابلات مع الجنس الآخر كما قيل من قبل .

الأسباب الداخلية هى من ناحية ترفيه وراحة البدن حينما يجد الجسد اشباعاً كاملاً لكل أهوائه ، ومن ناحية أخرى الأفكار المخزية التى تأتى بسبب تذكر الأمور المنظورة أو المسموعة أو المختبرة ، أو التى تأتى من الأرواح الشريرة .

فبالنسبة لحياة المتعة والترفيه الحسى ، يمكن تقسيتها بالأصوام والأسهار والنوم الخشن ، وخصوصاً بعد كثير من السجدات والمطانيات لإرهاق الجسد وبكل الإماتات الاختيارية المتنوعة للجسد كما نصح وقرر آباؤنا الحكماء المختبرون .

وللشفاء من الأفكار مهما كان مصدرها . ينبغى ممارسة التداريب الروحية الملائمة لحالتك الراهنة والتى تمليها عليك الضرورة الحاضرة . مثل : القراءة فى الكتب المقدسة المفيدة وخصوصاً أقوال الآباء والتى على طرازها وتأملات تقوية وصلاة.

حينما تبدأ أفكار الخزى فى اقتحامك ومهاجمتك صلى هكذا ،

ارفع عقلك تواً الى المصلوب عنك وادعوه من عمق قلبك « يا ربى يسوع ! ، يا يسوعى العذب ! اسرع الى معونتى ولا تدعنى أسقط فى يد أعدائى ! » وفى نفس الوقت قبل الصليب المحيى عقلياً (ومادياً أيضاً إن كان قريباً منك) وتفهم ان ربك قد صلب عليه ، قبل جراحاته وقل له فى حب « أيها المجروح عنى ، بتلك الجراح النقية المقدسة ، إجرح قلبى الشرير الدنس ، ولا تتركنى يا ربى أسئ إليك وأحزنك بنجاستى » .

حينما تتضاعف عليك الأفكار المخزية التى للشهوة الجسدية ، لا ترد بمقاومة مباشرة ضدها – رغم أن كثيرين ينصحون بهذا – لا تحاول أن تتصور فى ذهنك نجاسة وخزى هذه الخطايا للشهوة الجسدية أو تأنيب الضمير الذى سيتبعها ، ولا إفساد طبيعتك وفقدان بتوليتك النقية ، ولا تلوث شرفك والأمور التى على شاكلتها . أقول لا تحاول أن تفكر فى هذه الأمور . لأن مثل هذه المقاومات ليست وسائل موثوق فيها للتغلب على التجارب الجسدية ، بل ربما فقط تقوى الهجمات عليك وأحياناً تقود إلى سقوطك لأنه بالرغم من أن ذهنك يبكت الشهوة ويعنفها عقلياً إلا أنه طالما الفكر موجوداً فى موضوعها فهو يدعم شعور القلب بالميل اليها . فبينما يصب الذهن وابلاً من الإدانات على هذه الأمور ، يبتهج بها القلب ويرتاح اليها – وذلك يعنى سقوطاً داخلياً .

لا ، الواجب عليك أن تشغل فكرك فى الأمور التى تجعل صور الأمور المخزية تبهت منك . لذلك ، استجمع انتباهك كلية منها وانصرف الى تلك الموضوعات التى تبث المهابة والوقار فى قلبك ، مثل حياة وآلام ربنا يسوع الذى أخذ جسداً من أجلنا أو موضوع ساعة الموت الغير معروفة ، أو يوم الدينونة الرهيبة ، أو ألوان العذاب المختلفة في الجحيم ... إلخ .

إن استمر ضغط الأفكار المخزية - كما يحدث غالباً - بالرغم من هذا . وهاجمتك بتهور وبقوة خاصة . لا تخف ، ولا تتوقف عن المقاومة كما قلنا ، ولا تحاول أن تهجم مباشرة مبيناً لنفسك طبيعة هذه الأفكار المخزية . احذر من هذا ، ولكن استمر فى توجيه انتباهك كله للتأثيرات التى تبث الرهبة والوقار فى قلبك بالطريقة التى أشرنا اليها سابقاً ، دون أن تضجر أو تمل من الأفكار المخزية ، كما لو كانت ليست فيك . واعلم انه لا يوجد وسيلة فعالة لطردها ، أفضل من اهمالها وعدم الاكتراث بها . وبقدر الاستطاعة إجعل تأملاتك ممزوجة بهذه الصلاة أو مثلها :

« إنقذنى من أعدائى يا خالقى ومخلصى من أجل آلامك المجيدة ، ورحمتك التى بلا نهاية » .

إحذر يا أخى أن تتوقف بنظرة عقلك عند هذه النجاسات الجسدية ، لأن مجرد النظر اليها لا يخلو من خطورة . ولا

تتفحص هذه التجارب كى ترى ما إذا كان قد حدث قبول لها فيك أم لم يقبلها قلبك قط .

رغم أن هذا الفحص قد يظهر مفيداً ، ولكنه فى الواقع فخ الشرير الذى يريد بهذه الطريقة أن يشدك إلى أسفل ، ليلقى بك فى الخوار واليأس أو ليجعلك تمكث عند هذه الأفكار أطول مدة ممكنة وبهذا يسوقك الى فعل خاطئ من هذا النوع أو خلافه .

فبدلاً من كل هذه الاستقصاءات الفكرية المتعبة ، اذهب اعترف بها جميعاً بالتفصيل لأبيك الروحي . وحينئذ تبقى بلا اضطراب في القلب والفكر ، غير مضطرب بأى أسئلة بل راضياً بتدبير أبيك عليك فقط أن تكشف له كل شئ أتعبك ويتعبك وكل ما يضايق فكرك وشعورك فى هذه التجربة ولا تخفى شيئاً ، ولا تجعل لسانك مربوطاً بالخزى بل تواضع فى ذاتك بإذلال نفسك ، لأننا نحتاج الى الاتضاع فى كل جهادنا كى نحصل على النصرة على كل أعدائنا ، فكم بالأكثر نحتاجه فى ساعة محاربات الجسد؟ لأنه فى هذه الحالة غالباً ما تكون التجربة متولدة عن كبرياء أو سمح بها كى تؤدبنا وتبكتنا . لذلك يقول يوحنا الدرجى بأن الذى قد سقط فى الزنى أو أى خطية أخرى جسدية ، قد سقط من قبل فى الكبرياء وقد كان سقوطه فى الخطيئة كى يتواضع « أيما سقوط قد حدث فلا بد أن يكون قد سبقه

الكبرياء، لأن الكبرياء يأتى قبل السقوط» ومرة أخرى يقول «عقاب الكبرياء هو السقوط » .

حينما تنتصر الأفكار وتتوقف التجربة افعل ما يأتى :

مهما اقتنعت أنك الآن متحرر من هجمات الجسد ، ومهما تأكدت هذا فى نفسك ، فاحرص كل الحرص أن تحفظ عقلك وانتباهك بعيداً عن الأمور ، والأشخاص الذين كانوا سبباً فى اثارة التجربة . لا تشبع الميل لرؤيتهم تحت ستار أنهم أقرباؤك أو أنهم مكرسون أو أصحاب فضل . فحذر نفسك بأن هذا الفكر خطيئة ناتجة عن طبيعتنا الرديئة ومستحقة عقاباً ، وهى شبكة من عدونا المكار الشرير الذى يأخذ هنا هيئة ملاك نور كى يلقى بنا فى الظلمة التى يتحدث عنها القديس بولس (٢ كو ١١ : ١٤) .



٢٠

كيف تتغلب على الاهمال والتراخى ؟

لكى تتجنب السقوط فى خطية التراخى الشريرة ، تلك التى توقف تقدمك نحو الكمال وتسلمك الى أيدى أعدائك .

عليك أن تهرب من كل أنواع الفضول (محاولة معرفة ما يجرى هنا وهناك ، التجول الباطل ، الثرثرة النازعة ، وحب الاستطلاع على كل ما هو مستحدث) كذلك لا تتعلق بأى شئ أرضى .

كذلك تجنب كل الأفعال الاختيارية ، أى عمل كل ما يروق لك لأن هذا أمر خارج كلية عن وضعك كمحارب للمسيح .

يجب أن تجبر نفسك علي اتباع ارشادات وأوامر معلميك وآباؤك الروحانيين بدقة وبسرعة ، عاملاً كل أمر فى وقته وبالطريقة التي رسموها لك .

لا تؤخر أى عمل مفروض عليك القيام به ، لأن التأخير القصير الأول سيقود الى ثان أكثر طولاً ، والثانى الى ثالث أطول ... وهكذا . وهكذا تبدأ فى العمل متأخراً جداً ، إذ لم يتم فى وقته المناسب ، وربما يهمل كلية حيث يكون كشئ ثقيل .

وحينما تذوق لذة عدم العمل ، تبدأ في تفضيلها عن العمل . وقليلاً قليلاً تتربى فيك عادة الفراغ والكسل ، وتصير كوجع (كشهوة) تلزم بارضائه .

ويبلغ بك الأمر انك لا تكلف نفسك أن تفكر بأن هذا التراخى غير لائق وأثيم اللهم إلا حينما تتعب من الكسل وتشتاق الى العمل ، فتنظر الي ذاتك بخزى لأنك تكتشف كم صرت متراخياً ، وكم من أعمال ضرورية أهملتها بسبب الفراغ والبطالة ، لأنك كنت تعمل حسب ما يروق لك .

من النادر أن يدرك هذا التراخي في بدايته ... لذلك فهو يتسلل الى كل شئ ، فلا يكتفي بتسمم الإرادة مبعداً عنها أى محاولة للعمل الروحانى والطاعة ، بل يحقد الى العقل فيظلمه ، ويمنعه من رؤية حماقات وأباطيل الحسيات المدعمة لهذا الخلل فى الارادة . لأن التراخي يعوق العقل من أن يستحضر للضمير الصوت المعقول الذى له القوة على تحريك الإرادة المتوانية لتكمل العمل الضرورى بسرعة واجتهاد دون تأجيل لوقت آخر . لأنه لا يكفى أن تكمل العمل بسرعة بل ينبغى أن تتمم كل شئ فى وقته تماماً ، كما تتطلبه طبيعته . بكل انتباه وعناية ، كى يكون كاملاً بقدر الامكان . اصغى الى ما كتب : **« ملعون من يعمل عمل الرب برخاوة»** (أر ٤٨ : ١٠) .

وأنت الذى تجلب هذه اللعنة على نفسك لأنك كسول ، ولم تفكر فى قيمة واستحقاق العمل المفروض عليك أن تعمله . حيث أن الفكر سيجبرك أن تفعله فى وقته المحدد ، وبحمية يجعلك تطرد كل الأفكار التى تصعبه كاقتراح كسلك الذى يحاول أن يثنيك عنه .

لا يوسوس لك الكسل بأن رفع عقلك ولو مرة واحدة لله ، أو سجدة عبادة لجلاله ولمجد اسمه ليس لها فائدة ، بل اعلم ان قيمتها لا نهائية أكثر من كل كنوز العالم ، لأننا فى الأوقات التى نطرد فيها عنا التراخى ونغصب أنفسنا لنقوم بالعمل المفروض علينا باجتهاد ، فإن ملائكة السماء تعد لنا اكليل الغلبة المجيد ... ولكن إن استمرينا فى توانينا فإن الله قليلا قليلاً يرفع عنا عطاياه التى كان قد منحها إيانا من أجل غيرتنا السابقة فى خدمته وأخيراً سيرفض أولئك المصرين على توانيهم فى ملكوته كما قال فى مثل المدعوين الى العشاء ، وتكاسلوا عن المجئ « **لأنى أقول لكم انه ليس ولحد من أولئك الرجال المدعوين يذوق عشائى** » (لو ١٤ : ١٤) . هذا هو جزاء الإهمال . أما المجاهدون الذين يغصبون ذواتهم بلا اشفاق على النفس فى كل عمل صالح ، أولئك يضاعف الرب لهم عطاياه المباركة فى هذه الحياة ويعد لهم حياة مباركة أبدية فى ملكوته السماوى كما قال

« ملكوت السموات يغصب والغاصبون يختطفونه»

(مت ١١ : ١٢) .

ان أتاك فكر شرير ، محاولاً أن يلقيك فى التراخى ويعرض عليك بأن العمل اللازم لك لتبلغ الفضيلة التى تحبها وترغب فيها طويل جداً وشاق ، وأن أعدائك أقوياء وكثيرين بينما أنت ضعيف ووحيد ، أو يقترح عليك أن تعمل كثيراً وتتمم أعمالاً عظيمة كى تبلغ هدفك ، فإن اقترح عليك فكر الكسل هذا ، لا تسمح له ، بل على العكس انظر الى الموضوع هكذا :

طبعاً لا بد أن تشتغل ، ولكن ليس كثيراً . عليك أن تؤدى أعمالاً ، ولكنها صغيرة جداً ، ولا تستغرق وقتاً طويلاً . عليك أن تقابل أعداء ولكن بدلاً من تعددهم سيكون عدواً واحداً (فى اللحظة الحالية) ورغم كونه مستقوياً جداً عليك وأنت وحدك ولكنك أقوى منه بصورة لا تقارن ما دمت معتمداً دائماً على معونة الله متكلاً عليها تماماً . فإن صارت لك وجهة النظر هذه ، سيبدأ التراخى أن يتراجع عنك ، وبدلاً عنه تحل فيك الأفكار والمشاعر الصالحة ، وتملأ حمية وغيرة فى كل الأشياء ، وتصير ماسكاً لزمام قوى نفسك وجسدك .

إفعل المثل بالنسبة للصلاة . افرض أن إتمام خدمة مقدسة يتطلب ساعة من الصلاة باجتهاد ، وتبدو أمام كسلك أنها ثقيلة .

فحينما تبدأ فى هذا العمل ، لا تفكر أن عليك أن تقف لمدة ساعة بل تصور أنها ستنتهى فقط فى ربع ساعة ، بهذه الطريقة ستنقضى ربع ساعة دون شعور ، حينئذ قل لنفسك « فلنقف ربع ساعة أخرى ، انها ليست كثيرة كما ترين ، واعمل نفس الشئ بالنسبة للربع ساعة الثالث والرابع . وسوف تنتهى من قانونك فى الصلاة دون أن تشعر بأى ثقل أو صعوبة . إن كنت أثناء هذا تشعر أنها أمر عسير وشاق ، حتى أن هذا الشعور قد تداخل مع الصلاة نفسها . توقف عن الصلوات المقروءة برهة من الزمان ، وبعد فترة استعد مرة أخرى ، ما قد تركته .

إفعل نفس الشئ بالنسبة للعمل اليدوى ، وواجبات طاعتك . أحياناً تظهر واجباتك أنها كثيرة فتضطرب وتميل الى تركها جميعاً . ولكن احذر من التفكير فى كميتها ، بدلاً من ذلك ابدأ فى الفرض المهم سريعاً وأجبر نفسك أن تعمله باجتهاد ، كما لو لم يكن هناك أى واجبات مفروضة أخرى . هكذا تنجزه بلا ضيق ، حينئذ اعمل نفس الشئ بالنسبة للواجبات الأخرى وسوف تنتهى منها جميعاً بهدوء وبلا ضجر أو تشويش .

اسلك هكذا فى كل شئ . واعلم انك إن لم تصغ الى صوت التعقل ، وإن لم تحاول التغلب على إحساس التثاقل والصعوبة ، التى يجلبها لك العدو فى الواجبات المفروضة الموضوعة أمامك ،

فسيتملكك التراخى بكليتك : حينئذ تشعر بأنك كما لو كنت حاملاً جبلاً على كتفيك ليس فقط حينما تجبر على تأدية واجبات ملحة بل حتى حينما تعفى منها ، ستكون مثقلاً ومعذباً بها . مثل العبد المربوط فى عبودية وليس له أمل فى أن يتحرر . حينذاك ، حتى فى أوقات الراحة ، لا يكون لك راحة ، وستشعر أنك مثقل فى ذاتك بالعمل حتى وأنت لا تعمل شيئاً .

اعلم أيضاً يا ابنى ، أن مرض الكسل والتراخى يتلف بسمومه ليس فقط الجذور الأولية الصغيرة التى منها تنمو العادات الفاضلة ولكن أيضاً الجذور المتعمقة التى تعتبر أساساً لنظام حياة البر كلها ، كالدود الذى ينخر تدريجياً فى جذور الشجرة . هكذا التراخى إن دأب واستمر بلا شعور يحطم ويهلك المراكز الحساسة فى الحياة الروحية . وعن طريقه ينشر الشرير شباكه وينصب فخاخه (أى التجارب) أمام كل انسان ، ويولى عناية خاصة ، وتلصصاً ماكراً ، لهؤلاء الغيورين على حياتهم الروحية ، عالماً أن الانسان الكسول المتوانى ، ما أسهل استسلامه وسقوطه فى الشهوات كما هو مكتوب **« نفس الكسلان تشتهى و لا شئ لها»** (أم ١٣ : ٤) .

لذلك انتبه دائماً ، صلِ واحرص جيداً على كل أمر صالح كما يليق بمحارب شجاع **« نفس المجتهد تسمن** (أم ١٣ : ٤).لا تجلس بيدين مضمومتين ، تاركاً أمر نسيج ثياب العرس

الى اللحظة التى فيها تخرج فى ثوب التعييد لتقابل العريس الآتى المسيح ربنا . ذكر نفسك كل يوم أن الآن فى أيدينا أما الغد ففى يد الله وأنه هو الذى أعطاك هذا الصباح ولم يعد أن يعطيك المساء أيضاً فارفض أن تسمع للشيطان عندما يهمس لك : أعطنى الآن والغد أعطه لله .

لا ، لا . اقضِ كل ساعات حياتك بالطريقة التى ترضى الله. وضع فى ذهنك أنه بعد الساعة الحالية ربما لا يعطى لك أخرى، كما أن عليك أن تقدم حساباً عسيراً عن كل لحظة فى الساعة الحالية .

تذكر أن الوقت الذى فى يدك ثمين ، وأنك إن أضعته سُدى فستأتى الساعة حينما تبحث عنه ولا تجده . واجعل فى اعتبارك اليوم الذى لا تجديك فيه أعمالك الصالحة كلها إن أنت لم تحارب لتغلب ميولك وأهواءك الرديئة .

كى أختتم تعليمى هذا فى الموضوع سأكرر وصية الرسول **«جاهد الجهاد الحسن (دائماً)»** (١ تى ٦ : ١٢) . لأن ساعة اجتهاد واحدة كثيراً ما ربحت السماء ، وساعة تراخى واحدة قد أضاعتها . احرص حرصاً عظيماً إن أردت أن تبرهن أمام الله على إيمانك الوطيد فى خلاصك .

٢١

ضبط الحواس وحسن استعمالها

أولئك العطاش الى البر ، عليهم أن يفكروا بعمق ، ويعملوا باستمرار على إخضاع حازم وتوجيه صحيح للحواس الخمس الخارجية - النظر ، السمع ، الشم ، الذوق ، واللمس .

إن القلب يميل بطبيعته نحو المسرة ويطلب التعزية ، وينبغي أن يجدها فى التدابير الداخلية حيث أنه يحمل فى داخله صورة الله وعليه أن يحتفظ فى داخله بذاك الذى خلق على صورته الذى هو ينبوع كل عزاء .

ولكن حينما ابتعدنا عن الله بسبب سقوطنا ، وفصلنا ذواتنا عن الله ، فقدنا ثباتنا فى أنفسنا أيضاً ، ووقعنا فى أسر الجسد وخرجنا عن ذواتنا ، وبدأنا نبحث عن اللذات والتعزيات وهناك (أى عند الجسد) وصارت حواسنا هى واسطة تلك الملذات بل ومرشدة للنفس ، مما جعل تلك النفس المسكينة خارجة عن ذاتها غير متذوقة لأى لذة إلا ما تختبرها الحواس ... فوجدت لذاتها فى الأمور التى تبهج الحواس ، وعاشت فى الدائرة الحسية معتبرة إياها أنها الخير الأول لتتلذذ بها . وهكذا انقلب نظام الأمور : فبدأ القلب يبحث عن اللذات التى من خارج تاركاً اللذة الحقيقية التى من الله فى الداخل .

إن الذين سمعوا صوت الله « توبوا » فتابوا ، ووضعوا أمام أنفسهم أسساً جديدة للحياة بمقتضى النظام الأصيل الذى جعله الله فى الانسان ، أى ، العودة من الخارج الى الداخل ، ومن الداخل الى الله ، كى يعيشوا فيه (أى فى الله) ، وبه ، ويعتبرونه خيرهم الأول ، حاملين فى أنفسهم (الله) ينبوع كل عزاء . بالرغم من أن الخطوة الأولى هى إعادة بناء هذا النظام برغبة قوية وعزم ثابت ، إلا أنهم لا يبلغون اليها حالاً ، لأن الانسان الذى قد اتخذ هذا التصميم يواجه عملاً نضالياً طويلاً لمحو العادات القديمة لتحل محلها عادات أخرى تتفق ونظام الحياة الجديدة . وهنا تبرز الأهمية الكبرى للسيطرة على الحواس الخارجية واستعمالها فى وضعها الصحيح .

إن كل حاسة من الحواس لها أمور خاصة بها ومجال معيّن تعمل فيه ، هذه الأمور إما أن تكون سارة أو غير سارة . النفس تبتهج فى الأمور السارة ، وتصبح معتادة عليها ، وتربى فى داخلها شهوة لها . وبهذه الطريقة تدخل كل حاسة الى النفس شهوات عديدة وأهواء ، ورباطات أوجاع تختبئ فى النفس وتسكن فيها ولا تظهر الى الخارج إلا حينما لا يكون هناك سبباً لإجترارها ، ولكنها تهيج أحياناً بواسطة التفكير فى موضوعات تتعلق بهذه الشهوات . أما السبب الرئيسى القوى فى اثارتها هو

أن تحضر هذه الأشياء مباشرة فى مجال الحواس . في هذه الحالة تنفك الشهوة من عقالها حتى فى الانسان الذى صمم على مقاومتها « **ثم الشهوة إذا حبلت تدل خطية، والخطية إذا كملت تنتج موتاً** » (يع ١ : ١٥) حينئذ تكمل كلمات النبى فى ذاك الانسان « **لأن الموت طلع الي كوانا** » (أر ٩ : ١٢) . أى الى الحواس التى هى كوى (فتحات) النفس للاتصال بالعالم الخارجى .

إن الانسان الذى يترك الشهوات تدخل اليه . تثير فيه قتالاً لا يخلو من خطر السقوط . فعلى الانسان أن يجعل لذاته قانوناً لا يحيد عنه للسيطرة على الحواس واستخدامها بالطريقة التى لا تثير شهوات حسية ، بل يديرها بحيث تضمحل هذه الشهوات وتجلب فيه مشاعر مضادة لها .

من هذا تُرى يا أخى مدى الخطورة التى تقدر الحواس أن تضعك فيها . لذلك انتبه لنفسك وتعلم كيف تدربها . حاول بكل طريقة أن تمنع حواسك من الجولان هنا وهناك كيفما شاءت . لأن المفروض ليس فقط أن تبعدها عن اللذات بل أن توجهها نحو كل ما هو خيّر ونافع ولازم لحياتك الروحية . إن كانت حواسك الى الآن تجمع وتنشط الى الملذات الحسية، فحاول أن تقمعها من الآن فصاعداً وعد بها من هذا الاعوجاج . اضبطها الآن جيداً، وكما

انها قد أسرت من قبل فى لذات باطلة وضارة ، عليها الآن أن تتدرب كى تدخل انفعالات مفيدة الى النفس ، وتلد أفكاراً روحية فى القلب .

مثل هذه الانفعالات الصالحة ستجمع النفس الى الداخل وإذ تحلق بها على رياح التأمل العقلى ، ترتفع بها الى رؤية الله والتسبيح لجلاله كما يقول القديس أغسطينوس :

« بقدر وجود مخلوقات كثيرة تقابل الأبرار ، بقدر ما تتكوّن لديهم أفكاراً وتأملات مقدسة ، تثير فيهم محبة الخالق على الرغم من أن هذه المخلوقات ليس لها موهبة النطق أو الكلام . ***يمكنك انت ايضاً ان تتبع الطريقة الاتية :***

عندما تأتى أشياء مادية فى مجال حواسك ، كأن ترى ، أو تسمع ، أو تشم ، أو تذق ، أو تلمس ، فافصل فى ذهنك ما هو حسى ومادى فى هذه الأشياء وبين ما فيها من الروح الإلهية الخالصة ، واعلم ان ما تحويه هذه الأشياء من ابداع ، ليس من ذاتها ، ولكن كل ما فيها من عمل الله ، لأن الله يعطى لكل شئ وجوده وجماله ، بقدرته الغير مرئية ، وهو الذى يكسبها جمالاً وروعة ويعطيها قوة التأثير على الآخرين ، وبالإجمال إن الله هو سبب كل جمال فيها وطبق فى فكرك هذا الفصل على كل المنظورات الأخرى ، وابتهج فى قلبك بأن الله الواحد هو أصل

وعلة كل هذه الكمالات العظيمة العجيبة المتنوعة الواضحة فى كل مخلوقاته - فهو بذاته يحتوى على هذه الكمالات بل ان الكمال الذى تراه فى خلائقه ما هو إلا انعكاس ضعيف أو ظلال لكمالات الله الغير محدودة . درّب ذهنك أن يفكر فى هذه الأفكار عند رؤية أى مخلوق . كى تتربى فيك عادة النفاذ الى داخل الشئ ، الى جوهره والى جماله الغير مرئى المستعلن للعقل دون الالتفات الى هيئته الخارجية المحسوسة . لأنك إن فعلت هذا سوف لا يبقى فى ذهنك أو مشاعرك أى أثر للجانب الخارجى للأشياء التى تجذبك حسياً . ولا يبقى سوى جوهرها الداخلى مبعثاً للإشراقات الروحية فى عقلك ومشاعرك ومثيراً فيك التأمل والتسبيح لله .

فحينما تنظر الى الأشياء الطبيعية مثل : النهار ، الهواء ، الماء ، التراب ، متفكراً فى قوتها وتأثيرها ، ستمتلئ بابتهاج روحى كبير ، وتدعو للخالق العظيم الذى قد صنعها :

« أيها الإله العظيم ، الكثير القوة ، العجيب فى أعماله ! اننى أفرح وأسر لأنك أنت وحدك أصل وعلة وجرهرة وقوة وفعل كل مخلوق » .

وحينما تنظر نحو السماء متطلعاً الى الأجسام السماوية ، الشمس ، والقمر ، والنجوم ، وهى تعكس النور والبهاء الذى

منحهم إياه الله فستعبر قائلاً : « أيها النور البهى الفائق ، الذى منه يأتى كل نور الى الوجود المادى وغير المادى ! أيها النور العجيب يا تهليل الملائكة ، وبهجتهم وتبريكهم ، الذى فى لجته تغوص الشاروبيم فى تأمل ودهش بلا توقف ، النور البهى ، الذى تكون أنوارنا الطبيعية بالنسبة له كأعماق مظلمة ! إننى أمجدك وأعظمك أيها النور الحقيقى الذى ينير كل انسان آتياً الى العالم ! امنحنى أن أراك دائماً عقلياً ، كى يفرح قلبى بملء الفرح ! » .

بنفس الطريقة حينما تنظر الى الأشجار والأعشاب والزروع متأملاً فى ذهنك كيف تعيش وتتغذى وتنمو وتتكاثر بحسب جنسها ، وعالماً أن حياتها وكل ما لها لم يأتِ من ذاتها ولكن من الروح الخالق غير المنظور الذى وهبها الحياة ، حينئذ نصرخ « يا الله مصدر كل الحياة الحقيقية التى منها وبها يحيا الكل ويتغذوا ويتكاثروا! » أنت هو الروح المحيي ، أنت هو بهجة قلبى وفرح نفسى » .

وأيضاً حينما ترى الحيوانات الأعجمية ، يمكنك أن تهيم بعقلك فى الله الذى وهبها معيشتها والقوة التى بها تتحرك من مكان لآخر قائلاً « يا مصدر الحركة لسائر الأشياء ، المحرك لكل

شئ ولا يتغير ! كم أبتهج وأفرح بك أيها الساكن ، غير المتغير فقط » .

حينما تنظر الى ذاتك ، أو الى بشر آخرين لترى أن للانسان وحده قد أعطى مراتب عالية ، لأنه وحده دون المخلوقات الأخرى التى تدب على الأرض أعطيت له موهبة الفهم والافراز وأنه هو وحده نقطة الربط والارتقاء من المخلوقات المادية الي الغير مادية . حينئذ أيقظ نفسك لتمجد وتشكر إلهها وخالقها وقل « أيها الثالوث الأبدى ، الآب ، والابن والروح القدس! فلتباركك نفسى الى الأبد ! ولأحمدك كثيراً جداً فى كل الأوقات ، ليس فقط لأنك خلقتنى على الأرض ، وجعلتنى ملكاً على كل مخلوقات الأرض ، ومجدت طبيعتى بشبهك وبالفهم والنطق والحياة ، ولكن فوق كل شئ لأنك أعطيتنى إرادة حرة كى أقدر عن طريق الفضائل أن أشابهك ، وتكون لى بذاتك ، وأقتنيك بداخلى وأخرج بك الى الأبد » .

سأنتقل الآن الى كل حاسة من الحواس الخمس بمفردها :

أولا : النظر :

عندما تنظر الى الحسن والجمال فى المخلوقات ، افصل فى ذهنك بين ما يُرى منه وما لا يُرى من جوهره الروحانى ، وراجع

كل هذا الجمال المرئى الى عمل الروح الخالق الجميل الغير المرئى الذى هو علة الجمال الخارجى . حينئذ تتهلل فرحاً وتقول « أيتها الينابيع الغنية السارية من المصدر غير المخلوق ، أيها المطر المحيى الآتى من بحر البركات غير المحدود ! كم أبتهج في داخل قلبى ، عندما أتأمل فى الجمال غير المنطوق به الذى لخالقى - أصل وعلة كل جمال مخلوق ! يا النشوة الروحية التى تملأنى عندما أفكر فى ذهنى فى جمال إلهى ، ذاك الذى لا تصفه كلمة ولا يدركه فكره ، لأنه أصل كل جمال » .

ثانيا : السمع :

إن سمعت صوتاً شجياً منسجماً ، أو غناء ، انتقل بفكرك الى الله ، وقل « أيها الأكثر عذوبة ربى ، كم أفرح فى كمالاتك غير المحدودة لأن الكل منسجم ومتحوّل فيك الى نغم شجى ... ينعكس من طغمات الملائكة السمائيين ومن المخلوقات غير المحصاة هنا على الأرض ، هذه هى السيمفونية الشاملة الكاملة » وأيضاً « يا ربى متى تأتى ساعتى ، واسمع صوتك بآذان قلبى ، ذلك الصوت الذى هو أعذب وأشجى من كل الأنغام حين يقول : سلامى أعطيكم - سلام من الأوجاع ! لأن صوتك

لطيف كما تقول العروس فى نشيد الأناشيد (نش ٢ : ١٤) .

ثالثا : الشم :

إن اتفق أنك استنشقت بعض الأطياب العطرة ، أو رائحة ورود انقل أفكارك من هذا الشذى المادى الى العبير السرى الذى للروح القدس وقل « يا أريج أروع زهرة ، أيها العطر الذى لا يضمحل المسكوب على كل المخلوقات (معطراً لكل شئ) كما يقول الأناشيد **« انا نرجس شارون سوسنة الأودية»** (نش ٢: ١) وأيضاً **« اسمك دهن (طيب) مُهراق »** (نش ١ : ٣) . يا مصدر كل عبير ، أيها الفاتح بطيبك العطر من كل الأشياء . سواء من أعلى وأنقى الملائكة ، الى أدنى المخلوقات ، مفعماً كل الأشياء برائحتك هكذا حينما اشتم اسحق رائحة ابنه يعقوب قال **« انظر ، رائحة ابني كرائحة حقل قد باركه الرب»** (تك ٢٧ : ٢٧) .

رابعا : الذوق :

مرة أخرى ، عندما تاكل أو تشرب ، ارتفع بفكرك الى الله الذى يعطى للطعام مذاقاً يلذذنا . وإذ تتلذذ بالله وحده قل «ابتهجى يا نفسى لأن شبعك ولذتك وتعزيتك فى الله وحده ، وعن

طريق هذه الأمور المادية تعبرين اليه وتفرحين به وحده كما يقول داود « **ذوقوا وأنظروا ما أطيب الرب**» (مز ٣٤ : ٨) تلك الحقيقة التي اختبرها سليمان فقال « **ثمرته حلوة لمذاقي (لحلقي)** » (نش ٢ : ٣) .

خامسا : اللمس :

بنفس الطريقة عندما تحرك يدك لتعمل شيئاً ما ، تذكر أنه هو العلة الأولى للحركة وأنك لا شئ سوى آلة حية فى يديه ، وارتفع اليه ذهنياً وقل « يا الله القدوس رب الكل ، كم تبتهج نفسى عندما أفكر أننى بدونك لا أستطيع أن أعمل وأنك أنت هو المحرك الأول لكل فعل » .

هو العامل فى الكل :

كذلك ، حينما ترى صلاحاً ، أو حكمة ، أو صدقاً أو أى فضيلة أخرى فى بعض الأشخاص ، إفصل بين ما يُرى وما لا يُرى وقل لإلهك « أنت يا كنز كل الفضائل الذى لا يفرغ! كم يعظم فرحي حينما أرى وأعرف انك أنت مصدر كل صلاح ، وكل صلاح فينا آتٍ منك أنت وحدك ... يا الله إن صلاحنا بالنسبة لكمالاتك الإلهية – يعد كلا شئ ! أشكرك يا إلهى لهذا ،

ومن أجل كل صلاح عملته لقريبى هذا ... واذكر عوزى أنا أيضاً أيها المنعم علينا لأنك تعلم كيف إننى مقصّر فى كل فضيلة » .

وبوجه عام ، لا توقف إعجابك وانتباهك على كل شئ ترى فيه حسناً وجاذبية من خلائق الله ، بل اتركه جانباً واعبر عنه بأفكارك الى الله ذاته وقل « يا الهى ، إن كان خليقتك مملوءة جمالاً وفرحاً وبهجة هكذا !! فكم بالحرى يكون ملء جمالك وفرحك وبهجتك أنت خالق الكل !! .

إن واظبت على ممارسة هذا التدريب يا حبيبى ، ستقدر أن تتعلم عن معرفة الله بواسطة حواسك الخمس ، وذلك برفع عقلك دائماً من المخلوقات الى الخالق ، حينئذ سترى فى الوجود علم اللاهوت ، وبينما أنت عائش فى هذا العالم الحسى ، سيكون لك مشاركة فى معرفة العالم الآتى . لأن الطبيعة والكون كل شئ فى العالم ما هى إلا أداة نرى من خلالها المهندس والفنان نفسه (الله) الذى لا يرى . لأن الله يعلن أفعاله وكمالاته الغير منظورة فى المنظورات المادية التى يمكن أن تشاهدها المخلوقات العاقلة . من ثم يقول سليمان الحكيم « **لأن من جسامة المنظورات والبرايا (وجمالها) نشاهد صانع كونها بطريق القياس**» (حــــك ١٣ : ٥) ومن ناحية أخرى يختبر بولس الطوباوى **أن أموره غيــــر المنظورة ترى منذ خلق**

العالم مدركة بالمصنوعات قدرته السرمدية ولاهوته» (رو ١ : ٢٠) .

ان كل خليقة الله موضوعة بحكم فى العالم ، فمن ناحية تتنوع الخلائق ومن ناحية أخرى قد أعطى للناس المتنوعين قوة فهم يتأملون بها الخلائق ويلمسون حكمة لانهائية فى خلقتهم ، وفيما خلقوا لأجله . وهذا ينمى معرفة وتأمل جوهر (أقنوم) الكلمة ذاك الذى **كل شئ به كان** (يو ١ : ٣) . منذ البدء ، وعن طريق الأفعال من الطبيعى أن نرى ذاك الذى يعمل وليس علينا سوى أن نميّز ونعقل ونحكم بفهم ، وإذ يكون لنا الايمان، سترى فى الخليقة خالقها ...



٣٢

الأمور الحسية عينها التى نتحدث عنها ، يمكن أن نجعل منها وسائل لتوجيه حواسنا توجيهاً صحيحاً . ان كنا نعبر منها الى التفكير فى تجسد الله الكلمة ، وفى أسرار حياته وآلامه وموته

فيما سبق ، رأينا كيف نرفع عقولنا من الأمور الحسية الى التأمل فى الله ، والآن نتعلم طريقة أخرى لرفع الذهن من المحسوسات الى الإلهيات ، أعنى ، عن طريق الآلام الحسية ، يمكن إرجاعها على تجسد الله الكلمة وأسرار حياته المقدسة وآلامه وموته .

إن الأمور المحسوسة التى فى هذا العالم ، يمكن استخدامها للتفكير والتأمل ، إن كان العقل يعبر منها الى عظمة الله ومجده ، لأنه السبب الأول لوجودهما ولكل شئ فيهما – بعد ذلك تتأمل كيف أن نفس هذا الإله الفائق العظيم الغير محدود فى صلاحه ، علة كل هذه الموجودات ، أراد أن يتنازل لحقارة بشريتنا ويتواضع ليصير انساناً ، ليحتمل ويقاسى الموت من أجل الانسان سامحاً لنفس صنعتها يديه ، أن ترفع يدها عليه وتصلبه .

هكذا ، حينما ترى ، أو تسمع أو تلمس ، حراب ، حبال، سياط ، أغصان من شوك ، مسامير ، مطارق ... أو مثل هذه الأشياء فكر فى ذهنك كيف أن هذه قد استخدمت كأدوات لتعذيب ربك .

عندما ترى أكواخاً فقيرة ، أو تعيش فى مثلها . استحضر فى ذهنك الكوخ والمذود الذى ولد فيه الرب كإنسان .

عندما تبصر المطر ساقطاً ، تذكر قطرات الدم والعرق التى سقطت من الجسد الإلهى ، من يسوع العذب ، مخضبة أرض بستان جثيمانى .

عندما تبصر البحر والقوارب عليه ، تذكر كيف مشى إلهك على المياه ووقف في سفينة يعلم الشعب .

عندما ترى الصخور ، تذكر تلك التى تشققت فى لحظة موت الرب ، ودع الأرض التى تسير عليها تذكرك بالزلزال الذى حدث أثناء آلام المسيح .

فلتجلب الشمس الى ذهنك ذكريات الظلمة التى غطتها آنذاك وليذكرك الماء ، بالماء الممتزج بالدم الذى خرج من جنب الرب حينما طعنه الجندى بعد موته على الصليب .

عندما تشرب أى مشروب تذكر نفسك بالخل والمرارة اللذان أعطيا للرب كى يشرب على الصليب .

عندما تلبس تذكر أن الكلمة الأزلى لبس جسداً بشرياً ، كى ما تلبس أنت ألوهيته . وإذ ترى نفسك مستوراً ، فكر فى المسيح ربك ، الذى ترك ذاته تتعرى للجلد والصلب من أجلك .

إن استمالك صوت عذب ، حوّل هذا الشعور الى مخلصك ، المنسكبة على شفتيه كل عذوبة ونعمة كما يرتل فى المزمور «**انسكبت النعمة على شفتيك**» (مز ٤٥ : ٢) . ومن أجل حلاوة لسانه كان الشعب يتبعه دائماً ولا يملون من الإنصات اليه كما يقول القديس لوقا «**لأن الشعب كله كان متعلقاً به يسمع منه**» (لو ١٩ :٤٨) .

عندما تسمع همهمة وصياح جماهير ، تذكر صرخات اليهود المنكرة «**خذه خذه، اصلبه**» (يو ١٩ :١٥) التى نفذت الى أسماع الرب ، عندما ترى وجهاً جميلاً ، تذكر ذاك الذى هو «**أبرع جمالاً من بنى البشر**» (مز ٤٥ : ٢) . ربنا يسوع المسيح ، الذى صُلب حباً فيك «**محتقراً ومرذولاً من الناس ، رجل أوجاع ومختبر الحزن**» (اش٥٣ : ٣) .

وكل وقت تدق فيه الساعة ، دعها تنقل الى ذهنك ذاك الحزن المتزايد الذى ملأ قلب ربنا يسوع، حينما كان فى بستان جثيماني ، وكان مضطرباً لاقتراب ساعة آلامه وموته . أو تخيّل أنك تسمع دقات المطرقة التى سمعت حينما كان ربنا يسمر على الصليب .

وبوجه عام أقول إنه فى كل وقت يحدث أمر مؤلم فى حياتك أو حياة الآخرين ضع فى ذهنك أن أتعابنا وآلامنا وأحزاننا تعتبر كلا شئ بالمقارنة مع العذاب المؤلم والجراح الموجعة فى جسد ربنا ونفسه ، حينما تحمل الآلام من أجل خلاصنا .



٢٢

كيف تحول الانطباعات الحسية الى دروس نافعة

+ عندما تبصر أموراً مبهجة للعيون ، ولكنها من الأرض ، فكّر فى كونها لا شئ ومجرد تراب ورماد إذا قورنت مع جمال السماء وغناها ، تلك التى ستنالها بالتأكيد بعد الموت ، إن كنت قد تركت كل العالم .

+ عندما تنظر الى الشمس ، فكر ان نفسك لم تزل أكثر بهاءً وجمالاً منها ، إن كانت ممتلئة بالنعمة من الخالق . ولكن إن لم تكن فهى أكثر قتاماً وحلكة من الظلمة الخارجية .

+ عندما تحوّل نظرك الى السماء (القبة الزرقاء) ارتفع بعين نفسك الى السماء الأعلى ، وادخل اليها بفكرك . عالماً أنها مكاناً لسكناك إن كانت حياتك مقدسة وبلا خطيئة هنا على الأرض .

+ عندما تسمع تغريد الطيور على الأشجار فى فصل الربيع ، أو تسمع أى نغم شجى ، ارفع فكرك الى أكثر الأنغام عذوبة تلك التى تكون فى الفردوس ، وفكر فى التسابيح التى تدوى

فى السماء الى الأبد ، وترانيم الملائكة وصلى الى الله ليعطيك أن تشدو بتسابيحه الى الأبد مشتركاً مع تلك الأرواح السمائية كما جاء عنهم فى سفر الرؤيا « **وبعد هذا سمعت صوتاً عظيماً من جمع كثير فى السماء قائلاً هللويا . الخلاص والمجد والكرامة والقدرة للرب إلهنا** » (رؤ ١٩ : ١) .

✣ عندما تشعر أنك منجذب الى الجمال الجسدى ، احضر الى ذهنك الفكر بأن هذا المظهر الجذاب يخفى وراءه تنين الجحيم مستعداً أن يقتلك أو على الأقل أن يجرحك فقل له « أيها التنين الملعون ، أنت هو الواقف هنا كاللص ، مريداً ابتلاعى ! ... ان محاولاتك باطلة لأن الله عونى ! » حينئذ ارجع الى الله وقل لله « مبارك أنت يا إلهى لأنك فضحت لنا أعداءنا المتسترين « **ولم تسلمنا فريسة لأسنانهم** » (مز ١٢٤ : ٦) . حينئذ التجئ الى جراح ذاك الذى صلب لأجلنا ، واربط ذهنك مع هذه الجراح ، مفكراً فى مقدار ما عاناه ربنا فى جسده المقدس ، كى يحررك من الخطيئة ويبث فيك اشمئزازاً من الشهوات الجسدية . اذكرك أيضاً بسلاح ماض تطرد به غواية الجمال المادى أعنى ، عندما تسقط فيه ، اسرع لتفوص

بفكرك عميقاً فى ماذا سيصير اليه هذا المخلوق الجذاب جداً بعد الموت ؟ جيفة عفنة ، ورمة نتنة ممتلئة بالدود .

✣ عندما تكون سائراً فى أى مكان ، فكّر فى كل خطوة تخطوها إنها تقربك الى القبر وعندما تشاهد الطيور طائرة فى الهواء، أو تبصر الأنهار تجرى بتيارها سريعاً ، تأمل فى حياتك التى تعبر طائرة بصورة أسرع ، معجلة نحو نهايتها .

✣ عندما تهب رياح شديدة ، وتغطى السماء بالسحاب القاتم وعندما تسمع صوت الرعود وترى وهج البروق ، تذكر يوم الدينونة الرهيب ، وصلِ الى الله راكعاً على ركبتيك أو ساجداً للرب ، كى يعطيك زماناً ونعمة من لدنه كى تعد ذاتك للوقوف آنذاك أمام وجه عظمته المهوبة .

✣ عندما تهاجمك ضيقات مختلفة ، لا تنسى أن تدرب ذهنك ليستفيد من الأفكار التقوية المصاحبة لهذه الضيقات ، ولكن قبل كل شئ افعل الآتى : تأمل فى إرادة الله ضابط الكل وتأكد فى نفسك أنها لخيرك ومن أجل خلاصك حتى أنه من حكمة الله وجوده المفعمان بالحب ، قد حكم بعدل أن تقاسى ما تقاسيه الآن وبالمقدار الذى تقاسيه . وهكذا تهلل فى الرب لأنه أوضح لك حبه فى مثل هذه الحالات ، وأتاح لك فرصة

لتبرهن على تسليمك لمشيئته برغبة كاملة من كل القلب فى كل شئ يختار أن يرسله لك . قل فى قلبك « إن هذه هى إرادة الله نافذة فىّ ، لأنه فى حبه قد رتب من قبل الأزمنة ، أنه ينبغى علىّ أن أقاسى هذا الألم ، أو الحزن ، أو الخسارة ، أو الظلم . فليتبارك اسم ربى الجزيل الرحمة » .

✢ عندما يأتى الى ذهنك فكر صالح ، انسبه الى الله وتيقّن أنه مُرسل منه . واعطِ له حمداً .

✢ عندما تكون منشغلاً فى القراءة الروحية فى كلمة الله . ضع فى ذهنك أن الله حاضر وراء كل كلمة ، واعتبر هذه الكلمات أنفاساً حية خارجة من الشفاة الإلهية .

✢ عندما ترى الشمس تسود فى السماء ، وبدأت الظلمة تزحف لتغطى النور كما يحدث فى كسوف الشمس ، تنهد وصلى الى الله أن لا يلقيك فى الظلمة الخارجية .

✢ عندما تشاهد الصليب ، تذكر أنه شعارنا وقوتنا التى لا تغلب فى المحاربات الروحية حتى انك إن حدت عنه ، ستقع فى أيدى أعدائك ، ولكنك إن بقيت تحت ظله ، ستصل الى السماء، وتدخل الى المجد وتحرز الانتصار .

✣ عندمـا تجـد أيقـونة والدة الإله القـديسـة ، انتقل اليـهـا بقلبك وتقدم لها شكراً لأنهـا أظهـرت اسـتـعـداد أو تسليمـاً لتنفـيـذ مـشـيـئـة الله لتلد ، وترضـع ، وتـربى مـخلص العـالم ، وتكون حصناً منيعاً ، ومعينة لنا فى المحاربات الروحية .

✣ وعندمـا تبـصـر أيقـونات القـديسين ، اسـتـحـضـر الى ذهـنك شـفـاعـتـهـم وصلواتهم من أجلك دائمـاً أمـام الله . وانهم يحاربون معك فى المحاربات الغير منظورة . إذ قد حاربوا هم أنفسهم فى أثناء حياتهم بشجاعة ، وهزموا أعدائهم . مبينين لنا فن القتال . فإن شعرت بمعونتهم وأنت تحارب معاركك ، اعلم أنك ستكلل مـثلهم ، وتنال النصـرة فى المجـد السـمـاوى الأبدى .

✣ عندما ترى كنيسة ، فمع الأفكار الجيدة الأخرى ، فكر أيضـاً أنك أنت ذاتك هيكل الله كما هو مكتوب « **فانكم أنتم هيكل اللـه الحى** » (٢ كـو ٦ : ١٦) . فـينبـغى أن نحـافظ عليـه طاهراً ، وبلا دنس .

✣ عندمـا تسـمع أجراس الكنيـسة ، تذكـر تحـيـة رئيس الملائكة لوالدة الإله « **سلام لك أيتـها المنعم عليـها** » (لـو ١ : ٢٨) ، وتأمل فى الأفكار والمشاعر الآتية :

– اشكر الله لأنه أرسل من السماء الى الأرض هذه البشائر المفرحة التى هى بدء عمل خلاصك .

– تهلل مع العذراء القديسة من أجل العظمة الفائقة التى ارتفعت اليها من أجل عمق اتضاعها .

– واشترك معها ومع رئيس الملائكة غبريال فى عبادة الثمرة الإلهية ، التى حُبل به فى بطنها المقدسة .

من الأحسن أن تكرر هذا التمجيد دائماً أثناء النهار مصحوباً بالمشاعر التى ذكرتها واجعلها قاعدة فى حياتك أن تكررها ثلاث مرات يومياً على الأقل : فى الصباح ، ووسط النهار، وعند المساء .

وبالاختصار ، أعطيك النصيحة الآتية : كن حساساً وانتبه دائماً بالنسبة لعلاقتك بحواسك ، ولا تسمح للإنطباعات التى تأتيك عن طريقها أن تثير أو تغذى أوجاعك .. بل على العكس استعمل حواسك بحيث لا تحيد قيد شعرة عن تصميمك لارضاء الله دائماً وفى كل شئ ، وأن تكون منقاداً لإرادته . ولكى تصل الى هذا ، بالاضافة الى تحويل أفكارك من المحسوسات الى الروحانيات كما أوضحنا ، عليك أن تمارس التدريب الصغير المذكور فى الفصول الأولى وهو أن لا تنجذب الى شئ أو تنفر

منه على الفور ، بل تقرر الانفعال الواجب إزاء كل حالة على حدة بأسباب مستقيمة ومعقولة ، كي تتفق الانطباعات الناتجة من الحواس مع إرادة الله ، تلك الإرادة التي نفهمها عن طريق وصاياه .

✣ سأضيف أيضاً ، انه لا ينبغي عليك ممارسة كل الطرق التي فصلناها سابقاً لاستعمال الحواس في الأغراض الروحية باستمرار . المفروض هو أن تجمع عقلك في القلب دائماً وتبقى هناك مع الرب وهكذا اتخذه (أي الله) معلماً ومعيناً في نصرتك على أعدائك وأوجاعك . إما عن طريق المقاومة الداخلية المباشرة ، أو عن طريق ممارسة الفضائل المخالفة لها . وقصدت من وصفي للطرق السابقة ، انك تعرف هذه الطرق ، ويمكنك استخدامها عند الحاجة . وكل شئ نافع بلا جدال في محارباتنا الروحية كي نُلبس كل أمورنا الحسية ثوباً روحياً .



٢٤

قواعد عامة فى استخدام الحواس

بقى لى الآن ، أن أبيّن القواعد العامة لاستعمال الحواس الخارجية . منعاً من إتلاف قيمنا ونظامنا الروحى بتأثير الإنطباعات التى تدخل الينا عن طريقها ، لذلك إصغ :

(١) قبل كل شئ يا أخي راقب بكل حرص ، هذين الشريرين اللذين ينشلان بكل خفة وسرعة - أعنى عينيك - ولا تسمح لهما أن تنظرا نظرات فضولية الى وجوه النساء سواء كن جميلات أم لا »(ولا حتى الى الرجال لا سيما الصغار عديمي اللحية) . ولا تدعهم ينظران الى أجساد عارية ، ليس فقط التى للآخرين ، بل جسدك أنت أيضاً . لأن هذا الفضول الذى يصاحبه نظرات شهوانية ، يولّد فى القلب وجع الزنى ويسّهل فعل الشهوة . تلك التى تستوجب الدينونة كما يقول الرب : « **ان كل من ينظر الى امرأة ليشتهيها فقد زني بها في قلبه** » (مت ٥ : ٢٨) . وقد كتب أحد الحكماء « إن من النظرة تتولّد الرغبة » . وسليمان أيضاً ينصحنا أن لا نُغوى بالعيون ولا نجرح بشهوة الجمال « **لا تشتهين جمالها بقلبك ولاتؤخذ بهدبها** »(أم

٦ : ٢٥) . وإليك أمثلة للعواقب الوخيمة التي تكون من النظرات الشريرة . لقد انجذب أبناء الله نسل شيث وآنوش ، الى بنات قايين ، حين نظروا اليهم (تك ٦) لقد رأى شكيم بن حمور الحوى ، دينة ابنة يعقوب فسقط معها (تك ٣٤) . وأسر شمشون بجمال دليلة (قض ١٦) . وسقط داود بنظرة نحو بتشبع (٢ صم ١١) . وأثير شيخان ، من قضاة الشعب عندما نظرا الى جمال سوسنة (دانيال - أسفار محذوفة) . تحفّظ جداً . كذلك من النظر بشغف الى مناظر الطعام والشراب ، وتذكر جدتنا حواء ، التي نظرت بشهوة الى ثمرة الشجرة المحرقة التي كانت في جنة عدن وتجاسرت وأكلت منها ، وهكذا عرّضت نفسها للموت مع كل نسلها .

لا تنظر بشهوة الى أثواب جميلة ، أو الى فضة أو ذهب ، أو الى بريق الأزياء العالمية لئلا تدخل الى نفسك - عن طريق عيونك - أوجاع المجد الباطل ومحبة المال ، بل اطلب مع داود **«حوّل عيني عن النظر الى الباطل»** (مز ١١٩ : ٣٧) .

وأقول بوجه عام . احذر من مشاهدة رقص ، أو حفلات أو مهرجانات أو مجادلات أو مشاجرات ، وكل قيل وقال فارغ ، مع كل الأمور غير اللائقة والمخزية ، تلك التي يحبها العالم الأحمق ،

وهى محرّمة من الناموس الإلهى . اهرب وأغمض عينيك عن كل هذا ، لئلا يمتلئ قلبك بحركات الأوجاع ، وخيالك بصور مغرية وتكون محارباً نفسك بنفسك ، فإن عدم استمرارك وتقدمك فى القتال يعنى أنك أنت الذى أثرت أوجاعك فى نفسك .

لتكن زيارة الكنائس محبوبة لديك ، وليكن نظرك فى الأيقونات والكتب المقدسة ، وليكن تأملك فى المدافن والقبور ومثل هذه الأشياء الصالحة التى تعطى للقلب تخشعاً وقداسة .

(ب) كذلك راقب آذانك أيضاً من حيث :

أولاً – لا تصغ الى الأغانى والموسيقى والأحاديث الخليعة المثيرة للشهوة ، تلك التى تملأ النفس بالخيالات الشريرة ، وتقودها الى الزنى لأنها تضرم لهيب الشهوة الجسدية فى القلب .

ثانياً – لا تصغ الى المزاح والصخب الفارغ ولا الى قصص المغامرات التافهة وإذا حدث أنك سمعتها – فلا تبتهج وتنزل بفكرك الى مستواهما ، لأنه لا يليق بالمسيحى أن يتلذذ بمثل هذه الأحاديث ، التى تبهج سوى فاسدى الأخلاق الذين قال عنهم القديس بولس « **فيصرفون مسامعهم عن الحق وينحرفون الى الخرافات** » (٢ تى ٤ : ٤) .

ثالثاً - لا تصغ الى الوشايات والنم والتشهيرات التى ينقلها بعض الناس عن إخوتهم . والمفروض عليك ، إما أن توقفها إن قدرت ، أو تنسحب كى لا تسمعها . لأن القديس باسيليوس الكبير يعتبر أن كلاً من النمام وسامع الوشاية دون محاولة ايقافها يستوجبان الحرم الكنسى .

رابعاً - لا تصغ الى الأحاديث الفارغة الباطلة التى يقضى فيها محبو العالم معظم أوقاتهم ، ولا تسرّ بها لأن الناموس يقول « **لا تقبل (ترفع) خبر كاذباً** » (خر ٢٣ : ١) . ويقول سليمان « **ابعد عنى الباطل والكذب** » (أم ٣٠ : ٨) كما قال الرب «**ولكن أقول لكم ان كل كلمة باطلة يتكلم بها الناس سوف يعطون عنها حساباً يوم الدين** » (مت ١٢ : ٣٦) .

خامساً - احذر بوجه عام أن تستمع الى أى كلمة أو حديث ربما يؤدى الى ضرر فى نفسك وبالأكثر التملق ، ومديح المرائين كقول اشعيا النبى « **يا شعبي مرشدوك مضلون ويبلغون طريق مسالكك** » (اش ٣ : ١٢) . بل أمِل بسمعك نحو الكلمات الإلهية والترانيم المقدسة والمزامير وكل ما

هو صالح ومقدس ومفيد للنفس ويعطيها حكمة ... وبالأخص حب الاستماع الى التوبيخات والإهانات الموجهة اليك كي ما تصغ في ذاتك .

(جـ) راقب حاسة الشم واحفظ أنفك من ترف العطور ، التى ربما تثير فيك أفكاراً وانطباعات شهوانية . لا تستخدمها أنت ذاتك ، ولا تعطر نفسك بها . ولا تستنشقها في ترف شهواني وانحلال . فإن هذا يناسب النساء الرديئات ، وليس للرجال محبى الحكمة . لأنها تضعف الرجولة في النفس وتثير أوجاعاً جسدية وشهوات ربما تؤدى الى السقوط . وهكذا تنطبق عليك الويلات التى صبها عاموس النبى على الذين يستعملون روائح عطرية مثيرة « **ويل للذين يدهنون بأفضل الأدهان** » (عا ٦ : ١، ٦) « **فيكون عوض الطيب عفونة** » (اش ٣ : ٢٤) .

(د) احفظ حنجرتك وبطنك لئلا يؤخذان من الأطعمة الشهية المتخمة والمشروبات المنوعة المسكرة . لأنك إن تركت لهما العنان تصير مستعبداً لأوجاع أخرى كثيرة وأعمال شريرة كالكذب ، والمخادعة وحتى السرقة ... وعندما تسود عليك شهوة الموائد ، يمكنها أن تلقى بك الى حضيض اللذات الجسدية والشهوات

البهيمية التى اعتادت أن تعمل أسفل البطن ... حينئذ تقع تحت ويلات عاموس النبى حين قال « **ويل ... والآكلون خرافاً من الغنم وعجولاً من وسط الصيرة ... الشاربون من كؤوس الخمر** » (عا ٦: ٤ ، ٦)

(هـ) تحفظ من المجسة والضغط بالأيدى واحتضان الأجسام ليست التى للآخرين فحسب لامرأة كانت أم رجل ، صغاراً كانوا أم كبار ، بل جسدك أنت أيضاً ما لم تكن هناك ضرورة ملحة . لا تلمس أجزاء معينة . كلما زادت هذه المجسات المنحلة كلما عاشت الاستثارات الشهوانية للجسد ونمت . التى تؤدى الى الفعل الردئ نفسه . إن كل الحواس الأخرى تدعم حركة الشهوة بتأثير غير مباشر لارتكاب الخطية ، ولكن عندما يصل الانسان الى النقطة التى فيها يلمس ما لا ينبغى لمسه ، يصعب عليه جداً أن يتراجع عن فعل الخطيئة .

*التحفظ من اللمس أيضاً يمتد الى ما ترتديه من ملابس فوق الرأس أو ثوب الجسد ، أو أحذية القدم . احذر أن تُلبس جسدك ملابس ناعمة ، أو ملونة أو براقة ، وتضع على رأسك أغطية ثمينة، وتحتذى فى قدميك بأحذية غالية . فكل هذه أمور

---

* الأمور المذكورة تصلح بصفة خاصة للرهبان والمتنسكين .

نسائية رديئة لا تليق برجل . بل ليكن ثوبك محتشماً ومتواضعاً لغرض حماية جسمك من البرد شتاء ومن الحر صيفاً .. لئلا تسمع الكلمات الموجهة الى الرجل الغني الذى كان يلبس البز والأرجوان « **اذكر انك استوفيت خيراتك فى حياتك** » (لو ١٦ : ٢٥) ولئلا ينطبق عليك تهديد حزقيال النبى « **فتنزل جميع رؤساء البحر عن كراسيهم ويخلعون جببهم وينزعون ثيابهم المطرزة** » (حز ٢٦ : ١٦) .

تحت هذه الطائفة ضع كل تنعمات الجسد مثل : كثرة الاستحمام ، القصور المشيدة ، السجاجيد الفخمة ، والرياش الفاخرة ، والأسرّة الناعمة والاضطجاع عليها . إحذر من كل هذا ، مادمت تظهر طهارتك ، وهى السبب المباشر فى الإنطباعات والحركات والإثارات الشهوانية ، والأعمال الجسدية لئلا يكون لك نصيب مع من توعدّهم عاموس النبى « **ويل... المضطجعون علي أسّرة من العاج والمتمددون على فراشهم** » (عا ٦ : ١ ، ٤) .

إن كل ما نكرته هو التراب ، الذى حكم على الحية - المجرب أن تاكله ، وكل هذا أيضاً طعام تتغذى عليه أوجاعنا

الجسدية . فحينما لا تلتفت الى هذه الامور بل تحتقرها وتتسلح ضـدها بشـجـاعـة كى لا تدخل الى نفسك أو الى قلبك بواسطة الحواس فإني أؤكد لك أنك ستكسر قوة الشر والأوجاع ، لأنك ستحرمها من الطعام الذى عن طريقه ينمون فيك . وستصير أنت بعد وقت قصير من المنتصرين البواسل فى محارياتك الروحية .

مكتوب فى سفر أيوب « الليث هالك لعدم الفريسة » (أى ٤ : ١١) هذا الليث هو الشرير ، عدونا الدائم ، هو يفر من الإنسان الذى لا يعطيه طعاماً من حيث أنه قد أخمد وقطع كل الحركات الوجعية الناتجة بتأثير حواسنا الخارجية .

قال أحد الرهبان : إن الشيطان يشبه أسد النمل ، فهو يبدأ فى تخريب الإنسان بالقائه أولاً فى خطايا صغيرة مثل صغر النملة ، وبعد أن يتعود الانسان على هذه الخطايا الصغيرة يلقيه فى الكبيرة هكذا الشيطان ، يظهر أولاً أنه ضعيف وصغير كالنملة ، وأخيراً يظهر مثل مارد هائل ، وأسد قوى .



٢٥

في ضبط اللسان

المجد الباطل فى الكلام :

إن الأمر الضرورى هو أن نضبط ونلجم لساننا ، إن محرك اللسان هو القلب وما يملأ القلب ، هو الذى يخرج خارجاً عن طريق اللسان . والعكس بالعكس ، أى أن المشاعر التى تخرج من القلب عن طريق اللسان تتقوى وتتأصل فى القلب . لذلك فالقلب يعتبر من العوامل الأساسية فى بناء كياننا الداخلى .

ان المشاعر الطيبة الصالحة ، دائماً صامتة . أما المشاعر التى تبحث عن تعبير الكلمات هى غالباً مشاعر مدح الذات . لأنها تطلب أن تعبّر عما يتعلق محبتنا لذواتنا ، ويرينا أنفسنا فى أكمل بهاء كما نتصور . الثرثرة غالباً ما تأتى من مجد باطل وفيه ، يجعلنا نظن أننا نعرف كثيراً ، ونحاول أن ننمق آراءنا فى موضوع المناقشة ، كى تكون أكثر تقبلاً من آراء الآخرين ... لذلك نختبر شراً لا يقاوم بأن نتحدث بسيل من الكلمات ، بكل تكرار كى نعبر عن ذات الرأى مقحمين ذواتنا فى قلوب الآخرين كمعلمين غير مكلفين ، وأحياناً أيضاً ، نحلم بأن نكون تلاميذ من

أشخاص يفهمون الموضوع أكثر من المعلم . على أية حال ، هذا يشير الى الحالات التى تكون فيها موضوعات المحادثة جديرة بالالتفات .

وجع الثرثرة :

ولكن فى حالات كثيرة ، تكون الثرثرة مرادفة للكلام الباطل. حينئذ لا يكون هناك كلمات كافية للتعبير عن الشرور الكثيرة التى تظهر من هذه العادة القبيحة . ان الثرثرة بوجه عام تفتح أبواب النفس ، وتجعل الحرارة والخشوع يهربان من القلب . فالأحاديث الباطلة لها نفس التأثير ، ولكن بصورة أشد . الثرثرة تشتت انتباه الشخص خارجاً عن نفسه ، وتترك قلبه بلا حماية . هذا هو الجو حيث تبدأ الأميال الوجعية المعتادة والأهواء الغير مرتبة أن تعمل وتسرق وتنهب كنوز النفس . الأحاديث الباطلة هى باب الاغتياب والنميمة ، وهى مروجة الإشاعات المختلفة والآراء الزائفة ، وهى التى تغرس بذور الخصومة والنزاع . إنها تخنق العمل العقلى ، وهى غطاء للجهل والحماقة . فبعد ما ينتهى الحديث الكلامى ، يرتفع ضباب الرضى عن الذات ويملأ النفس ودائماً ما يجلب معه إحساس البلادة والاخفاق أليس هذا دليلاً على شعور النفس أنها سرقت بلا إرادة ؟

كثرة الكلام لا تخلو من معصية :

ولكي أبيّن كيف أنه يصعب على الرجل الثرثار أن ينجو من الغلط والخطأ والضرر أسوق قول يعقوب الرسول الذي يعتبر حفظ اللسان داخل حدوده الصحيحة هي صفة الكاملين فقط : **«ان كان أحد لا يعثر في الكلام فذاك رجل كامل قادر أن يلجم كل الجسد أيضاً»** (يع ٣ : ٢) . وبمجرد أن يبدأ اللسان في الحديث بدافع.شهوة الكلام ، يندفع كالحصان الجامح (الذي بلا لجام) ، ويفشي ليست أعماله الصالحة فقط بل والرديئة الضارة أيضاً . وهذا هو السبب في أن الرسول يدعو اللسان «**شراً لا يضبط مملوءاً سماً مميتاً**» (يع ٣ : ٨) وقبله بوقت طويل قال سليمان أيضاً «**كثرة الكلام لا تخلو من معصية**» (أم ١٠ : ١٩) . وعلى العموم فلنقل مثل الجامعة إن الرجل الثرثار يظهر حماقة لأن القاعدة هي أن **«الجاهل يكثر الكلام»** (جا ١٠ : ١٤) .

لا تطيل حديثك مع إنسان لا يسمع لك بقلب سليم ، لئلا تضايقه ، وتكون مبغوضاً لديه كما هو مكتوب «**الذي يزيد الكلام يرذل**» (سي ٢٠ : ٨) .

+ إحذر أن تتكلم بطريقة الترأس (بسلاطة لسان) أو بقساوة لأن كلاهما لا يناسبان على الإطلاق ، بل وتجعل الناس تشك فيك وفى فكرتك عن نفسك .

+ لا تتحدث عن ذاتك أو شئونك أو أقاربك ما لم تكن هناك ضرورة ، وحتى ذلك يكون باختصار ، ويكون قليلاً بقدر الإمكان. وإن أبصرت كثيرين يتحدثون عن أنفسهم كثيراً ، إجبر نفسك أن لا تجاريهم ، حتى ولو بدت كلماتهم متواضعة وتحدث تقارباً فكرياً . أما بالنسبة لجارك وأحواله ، لا ترفض أن تناقشها ، ولكن أيضاً بالاختصار على قدر الإمكان ، حتى إن كنت تتكلم فى هذه الأمور من أجل منفعته .

+ وفى أثناء المحادثة ، تذكر ، وحاول أن تتبع نصيحة القديس جلاسيوس التى تقول : « من الخمسة مواقف للمحادثة مع الآخرين ، استعمل ثلاثة بافراز وبلا خوف ، واستعمل الرابعة قليلاً ، واحذر أن تستعمل الخامسة ، وقد فهم أحد الكتاب الثلاثة أن الأول هم : نعم ، ولا ، وطبعاً أو (من الواضح أن الأمر كذلك) . وفهم أن الرابعة هى عن الأشياء المشكوك فيها ، والخامسة عن الأمور الغير معروفة لك بالكلية . بمعنى ، أنك بالنسبة للأمور التى تتأكد أنها صحيحة أو خاطئة أو واضحة لك،

تكلم عنها باقتناع قائلاً أنها صحيحة أو خاطئة ، أو واضحة . ومن جهة الأمور المشكوك فيها لا تقل شيئاً ، ولكن عند الضرورة قل أنه مشكوك فيها كي ما يكون حكمك على الأمور سليماً ، وما لا تعرفه ، لا تتحدث عنه .

يقول شخص آخر : إن لدينا خمسة صيغ من الحديث : صيغة المنادى ، عندما ننادى على شخص ، وصيغة الإستفهام ، عندما نسأل سؤالاً ، صيغة الإلتماس والتوسل عندما نعبر عن رغبة أو رجاء ، وصيغة الجزم ، عندما نعبر عن رأى قاطع فى أمر ما وصيغة الأمر ، عندما نعبّر عن أمر نصدره بسيادة وسلطة . من هؤلاء الخمسة استعمل الثلاثة الأولى بحرية ، والرابعة نادراً بقدر الإمكان ، ولا تستعمل الخامسة على الإطلاق.

كيف نتعلم وكيف نسمع :

تحدث عن الله بكل خضوع وإجلال ، لا سيما عن حبه وصلاحه . ولكن خف فى نفس الوقت لئلا تخطئ وتسئ اليه بالتحدث عنه بطريقة خاطئة مسبباً عثرة فى قلوب السامعين البسطاء . لذلك أحرى بك أن تستمع للآخرين عن هذا الموضوع مودعاً كلماتهم فى بيت كنز قلبك الخفى (الداخلى) .

أما عندما يكون الحديث عن أشياء أخرى (غير الله) ، فدع نبرات الصوت فقط تدخل الى أذنيك دون أن يدخل الفكر الى عقلك ، لأن العقل ينبغى أن يكون موجهاً بثبات نحو الله . حتى إن كان ضرورياً أن تستمع الى المتكلم ، كى تفهم ما يتكلم به ، ولكي تعطى ردوداً مناسبة ، لا تنسى في وسط إنصاتك ، وكلامك أن ترفع عينى عقلك الى فوق حيث يكون الله ، مفكراً فى عظمته ، ومتذكراً أنه لا يكف عن النظر اليك إما برضى وإما بعدم رضى ، بحسب فكر قلبك وأقوالك ، وحركاتك وأفعالك ، وعندما تتهيأ للكلام ، إفحص جيداً أفكار قلبك التى تريد أن تخرجها الى شفتيك وقل مع داود « **اجعل يا رب حارساً لفمي . احفظ باب شفتىّ** » (مز ١٤١ : ٣) حينئذ ستجد أموراً من الأفضل عدم صعودها الى شفتيك . لأن أموراً كثيرة نظن أنه من الجيد أن نعبر عنها من الأفضل لها جداً أن تدفن فى قبر السكوت .

سلاح الصمت :

إن الصمت قوة عظيمة نستعين بها فى محارياتنا الروحية . الصمت رجاء أكيد للحصول على النصرة الصمت يحبه ذاك الذى لا يعتمد على نفسه بل يتكل على الله وحده .

الصمت حارس الصلاة المقدسة ، وعون اعجازى للتدريب على الفضائل ؛ إن الصمت علامة الحكمة الروحية .

يقول القديس مار إسحق : « إن حراسة اللسان لا ترفع العقل الى الله فحسب بل تعطى قوة عظيمة سرية لتكميل الأعمال المنظورة ، التى يؤديها البدن . ممارسة الصمت بمعرفة يعط استنارة في الأعمال المخفية » .

وفى مكان آخر يمدح الصمت قائلاً « ان وضعت كل الأعمال المطلوبة من الحياة النسكية فى كفة ، ووضعت الصمت فى الكفة الأخرى لرجحت الأخيرة عن الأولى » .

وفى مكان آخر يطلق على السكوت « انه سر الحياة المقبلة ، أما الكلمات فهى وسائل هذا العالم» .

والقديس برصنوفيوس يضع الصمت (السكوت) فى مرتبة أعلى من التعليم بكلمة الله قائلاً : « ان كنت كاملاً فى كل نقط التعليم ، فاعلم ان السكوت أجدر بالفخر والمجد» .

فهكذا ، يمكن لإنسان أن يكون **ساكتاً لأن ليس عنده جواب** وآخر **يوجد ساكتاً** وهو عارف الوقت» (سى ٢٠ :٦).

ويضيف القديس مار اسحق أسباباً أخرى للصمت فيقول «قد يصمت الانسان من أجل مجد بشرى، أو شغف بفضيلة السكوت أو لأنه يشترك مع الله فى قلبه سراً ولا يريد أن يشتت انتباه عقله عن الله » . ويمكن أن يُقال بوجه عام ان الانسان الحافظ للصمت يكون عاقلاً ، وحكيماً ، وطيب الأحاسيس (سى ٢٠ : ١ ، ٥) .

سأبيّن لك طريقاً مستقيماً بسيطاً ، يكسبك عادة الصمت : مارس هذا التدريب ، والتدريب نفسه سيعلمك ماذا تفعل ، وسيمنحك معونة للإستمرار فيه بشغف متزايد .

فكر كثيراً بقدر الاستطاعة فى المضار والعواقب الوخيمة الناتجة من الثرثرة بعدم إفراز ، وفى النتائج المشرفة للصمت بحكمة وعندما تتذوق ثمرة الصمت الشهية ، سوف لا تحتاج الى دروس أخرى عنه .



٢٦

كيف ينصلح الخيال وتتقوم الذاكرة

بعد أن تحدثنا عن الحواس الخارجية ، سنتكلم الآن أيضاً عن كيف ينصلح الخيال وتتقوّم الذاكرة ، لأن معظم الفلاسفة يرون أن الخيال والذاكرة ما هما إلا انطباعات ناشئة عن كل الموضوعات الحسية التي رأيناها ، أو سمعناها ، أو ذقناها ، أو استنشقناها ، أو لمسناها . فيمكن أن يُقال ان الخيال والذاكرة هما حاسة داخلية واحدة عامة . تجسم ، وتذكر بكل شئ مما قد اختبرته الحواس الخمس الخارجية قبلاً . فالحواس الخارجية والأمور الحسية يمكن تشبيهها بطابع البريد ، والخيال هو المادة اللاصقة لهذا الطابع . لقد أعطى الخيال وأعطيت الذاكرة لنا ، كي نستخدمها عند سكون الحواس الخارجية ، ولا تكون الأشياء الحسية موجودة أمامنا . فبعد أن تعبر هذه الأشياء على الحواس وتلتصق بالخيال والذاكرة - حيث لا يمكننا أن نتصور أمامنا دائماً الأشياء التى رأيناها ، أو سمعناها ، أو ذقناها ، أو استنشقناها أو لمسناها - فيمكننا أن نثيرها فى شعورنا الواعى

عن طريق الخيال والذاكرة ، وبهذه الطريقة نفحص هذه الأفكار كما لو كانت مجسمة أمامنا .

مثال ذلك : ربما تكون قد زرت دير السريان في إحدى المرات ، ثم تركته ورجعت فعندما تريد أن تراه مرة أخرى – وهو ليس أمام عينيك الطبيعيتين – يمكنك أن تتصوّر دير السريان فى حواسك الداخلية ، أى الخيال والذاكرة وتراه كما هو بمميزاته المعتادة ، أبعاده ، ووضعه . هذا لا يعنى أن روحك قد تركتك وذهبت إلى دير السريان كما يفكر البعض ، ولكن يعنى ببساطة أنك رأيت صورة دير السريان التى انطبعت فيك.

ان تجسيم الأمور الحسية كثيراً ما يضايق ويزعج الأشخاص المشتاقين دائماً للبقاء مع الله . لأن التخيّل والتذكر فى الأمور الحسية يشتت الانتباه بعيداً عن الله ، ويبدده فى الباطل ، بل وحتى فى الأمور الخاطئة ، وهكذا تضطرب حالة الهدوء الداخلى وأكثر من ذلك ، نحن لا نعانى من هذا فى اليقظة فقط ، ولكن فى الأحلام أيضاً حيث يستمر تأثيرها لبضعة أيام ...

من المسلم به أن الخيال قوة خالية من المنطق ، وهو يعمل تلقائياً ، خاضعاً لقانون تواتر الصور ، ومن ناحية أخرى نعلم أن

الحياة الروحية هى صورة الحرية النقية ، فنرى من هذا أن نشاط الخيال يعتبر معوقاً للحياة الروحية . وهذه بعض النقط التى تدعم هذه الفكرة :

(أ) اعلم أن الله فوق سائر المحسوسات إنه فوق الأشكال والألوان ، والقياس والمكان ، لا نستطيع أن نصوّره ، لأنه بلا هيئة، رغم وجوده فى سائر الأشياء ، ولكنه فوق كل الأشياء ، ولذلك هو فوق كل تخيُّل . يقول القديس مكسيموس نقلاً عن القديس أغناطيوس : « لا يمكن تخيّل الله فى الذاكرة ، لأنه يفوق كل عقل » . نستبنتج من هذا أن قوة التخيُّل في النفس ليس لها مقدرة بحسب طبيعتها – أن تدخل فى دائرة الإتحاد بالله .

(ب) اعلم أيضاً أن الشيطان – وكان الأول بين الملائكة – كان منذ القديم ، فوق كل حماقات الخيال ، متحرراً من كل هيئة، أو لون ، أو شعور حى ... كان من المخلوقات المعنوية اللامادية ، عقلاً بلا شكل أو هيئة . ولكنه أطلق العنان لخياله فملأ عقله بصور مساواته مع الله ، وهكذا سقط عقله من الشفافية البسيطة التى بلا تهيؤ ، ولا تصور ، ولا وجع ، الى الخيال الكثيف ، والهواجس الرديئة وهكذا تحوّل من ملاك غير مادى لم يكن له شكل ولا أوجاع ، الى شيطان يظهر بصور مادية معينة ،

عديدة التشكل ، وتعرض للأوضاع . وما صار له ، ساد أيضاً على كل خدامه الأبالسة (كما يعتقد معظم اللاهوتيون) .

لقد كتب عنهم القديس اغريغوريوس السينائى هكذا :

« لقد كانوا (أى الشياطين) فى وقت ما عقولاً .. ولكنهم إذ سقطوا من اللامادية والصفاء ، اكتسب كل واحد منهم شكلاً كثيفاً معيناً ، وأصبح له جسداً بحسب مستوى وطبيعة الأعمال التى تميّز أفعاله . ومن ذلك الوقت - تماماً مثل الانسان ، فقدوا بهاء الملائكة السمائية ، وطردوا من النعيم الإلهى - مثلنا أيضاً - وابتدأوا يجدون لذة على الأرض بعدما صاروا ماديين ، واكتسبوا طبيعة الأوجاع المادية » . لهذا السبب كان الآباء يطلقون على الشيطان أنه الوسواس ، والحية المتشكلة بأشكال كثيرة ، التى تتغذى على تراب الأوجاع ، ومولد الهواجس - وأسماء أخرى ، وهكذا . أما كلمة الله تصوّر أن له جسد تنين ، له نيل ، وضلوع، ورقبة ، وأنف ، وأعين ، وفك ، وشفاه ، وجلد ، ولحم ، وأعضاء مثل هذه . اقرأ عن هذا فى **اصحاح ٤٠ ، ٤١ من سفر أيوب .**

نفهم من هذا أيها الحبيب أن الهواجس والخيالات العديدة هما من خلق الشيطان واختراعاته، لذلك هو يرحب بهما جداً ،

لأنها تفيده وتعينه على خرابنا . لقد شبه الآباء القديسون هذه الهواجس بالقنطرة التى يعبر عليها الأبالسة القتلة ويدخلون منها الى نفوسنا ، وإذ يختلطون بها ، ينشطون الهواجس والخيالات كخلية النمل ، فتصير مأوى للأفكار المفزعة الشريرة الدنسة ... وكل أنوا ع نجاسات النفس والجسد .

(جـ) قال أحد اللاهوتيين : « لقد خلق الله آدم ، الإنسان الأول ، نقى العقل ، وخالياً من تشويش الصور ، غير متأثر بالحواس ، ولا المحسوسات ، لم يكن له قوة خيال دنيئة ، ولم يكن يعرف الأجسام ولا يجد للأشياء شكلاً وحجماً ولوناً ... ولكنه كان يتأمل بقوة نفسه العليا ، أى الفكر ، فى روحانية ونقاوة بعيداً عن شغب المادة ويتفهم الأفكار النقية فقط عن الأشياء وفحواها الداخلى . ولكن الشيطان ، قتال البشر ، إذ قد سقط هو ذاته عن طريق أحلام مساواته بالله ، أغرى ذهن آدم بهذه الفنطسة عينها - أى مساواته بالله - وهذه أدت الى سقوط آدم. من ثم سقط من حياته العقلية النقية اللامادية التى بلا خيال ، والتى كانت قريبة من حياة الملائكة ، وغاص فى التعقيدات الحسية، والهواجس الردية ، والأوهام والفنطسات - حالة البهائم التى لا تميّز . لأن الغوص فى مثل هذه التصورات والحياة فيها،

هو نوع من البهيمية التى لا تعقل ، وليست طبيعة الموجودات المعقولة (العاقلة) .

من يستطيع أن يخبر بكل ما أصاب الإنسان من شرور ، وأوجاع ، وأخطأ بعدما سقط فى هذه الحالة من الفنطسات الخيالية ؟ لقد امتلأت مفاهيمه الأخلاقية بالخداعات الكثيرة ، ومفاهيمه الطبيعية بتعاليم خاطئة ، واللاهوت بخزعبلات غير لائقة ولا معقولة ، ولم يقتصر هذا التأثير على المفكرين القدماء فقط بل والمحدثين أيضاً حيث أرادوا أن يفحصوا الله ويناقشوا أسراره الإلهية بخيالاتهم وفنطساتهم ولم يعرفوا أن هذا عمل الجانب الأسمى من النفس – العقل – لأن الله جوهر بسيط . ولكنهم تجاسروا على هذا الفحص ولم تكن عقولهم نقية فى الأشكال الوجعية ، والصور الشهوانية والأمور الحسية فاختلقوا أكاذيب بدلاً من أن يذعنوا الحق ... والأمر المؤسف بنوع خاص هو قبول قلوبهم ونفوسهم لهذه الأكاذيب ، وتمسكوا بها جداً على أنها الحق الحقيقى . وهكذا صاروا مخرفين برغم أنهم لاهوتيون . وحق عليهم قول الرسول : « **اسلمهم الله الى ذهن مرفوض** » (رو ١ : ٨) .

لذلك يا أخى : إن أردت أن تتحرر من هذه الأخطاء فعلاً ، وتطرح الأوجاع بسهولة .

إن كنت تبحث عن مهرب من شباك وفخاخ الشيطان .

إن كنت تتوق للإتحاد مع الله وتريد أن تنال نور الحق الإلهى .

✣ ادخل بشجاعة فى حرب مع خيالك ، وقاتل بكل قوتك كى تنتشل عقلك من سائر الأمور الخبيثة ، وتذكار المحسوسات، سواء كانت جيدة أم رديئة . لأن كل هذه الأشياء تعتم نور عقلك وتشوش نقاوته ، وتجعله كثيفاً حتى فى الأمور اللامادية ، وترجع العقل الى أوجاعه ، عملياً ، لا يوجد أى وجع نفسياً كان أم جسدياً ، بقدر أن يقترب الى الذهن إلا عن طريق تجسم المحسوسات المناظرة .

لذلك حاول أن تحفظ عقلك نقياً من كل الأشكال والصور والألوان ، بالوضع الذى خلقه الله عليه .

✣ كى تصل الى هذا ، يلزمك ارجاع عقلك الى ذاته ، إحصر إياه فى مكان قلبك الضيق وفى الإنسان الداخلى كله .

تدرب على المكوث فى الداخل سواء بالصلاة الخفية داعياً «يا

ربى يسوع المسيح ابن الله ارحمنى أنا الخاطئ !» أو فاحصاً نفسك بكل انتباه .

ولكن فوق كل شئ ، تأمل فى الله من هناك واسترح فيه .

إن الثعبان عندما يريد أن يخلع جلده القديم يحشر نفسه فى مكان ضيق – كما يخبرنا الطبيعيون – داخلاً فيه بصعوبة ، وهكذا يتخلص من جلده القديم ... والعقل أيضاً ، عندما يسجن فى ممر القلب الضيق مع الصلاة العقلية التى من القلب ، يخلع عنه ثوب التخيّل للحسيات الرديئة، ويتخلص من انطباعات المحسوسات ويصير نقياً ذا بهاء ، مؤهلاً للإتحاد مع الله .

كما أن قناة المياه الضيقة يزداد فيها التيار اندفاعاً وارتفاعاً هكذا كلما انضغط العقل بالتداريب الخفية فى القلب وانتبه الى ذاته يقوى ويرتفع الى أعلا .

ان أشعة الشمس المشتتة فى الهواء ، والغير متحدة مع بعضها أقل نوراً ودفئاً مما لو أنها تجمعت بواسطة عدسات معينة الى نقطة واحدة حيث يكون – فى هذه الحالة الأخيرة – النور باهراً والحرارة محرقة ، هكذا أيضاً عندما يتجمع العقل الى ذاته فى مركز القلب ، يضئ ويلتهب بالممارسات الخفية ، ولا

تبقى فيه ظلمة الأوجاع حيث يحرق سائر التصورات المادية ويهلك الحركات الوجعية .

ضيق هو الباب :

هذه هي الطريقة الأولى والرئيسية للتحكم في الخيال والذاكرة ولذلك أيها الحبيب أن تمارسها باستمرار ، لأنك بواسطة هذه الطريقة تقوّم الخيال والذاكرة اللذان هما قوى النفس ، وتزيل منها كل الآثار والبقايا والإنطباعات والصور التي لصقت فيك قبلاً عن طريق المحسوسات وكانت تهيج الأوجاع فيك وتغذيها . ولكن بحسب فوائدها الجمة وفاعليتها ، زادت صعوبة هذه الطريقة . وبحسب صعوبة هذه الطريقة قل من رغب أن يستعملها من الناس .

قليلون هم الذين يجدونه :

أتطرق الى القول ، بأن الأشخاص الذين يؤمنون بقوتها قليلون جداً ، وقد رفضها الكثيرون لا سيما من بين المتعلمين والحكماء ، ليس من العلمانيين فقط ، بل ومن الإكليروس أيضاً رافضين أن يصدقوا تعاليم الروح القدس في الأسفار الإلهية وفي أقوال الآباء القديسين . لأنه بحسب كلمة المخلص : إن الله

« أخفى هذا عن الحكماء والفهماء وقد أعلنها للأطفال» (لو ١٠ : ٢١) . لأن الذين لم يؤمنوا بقوة هذا الفعل الداخلى ، فلم يمارسوه يحذرهم قول اشعيا النبى **« ان لم تؤمنوا فلا تأمنوا »** (اش ٧ :٩) .

عندما تحس أن ذهنك قد تعب ، ولا يقدر أن يبقى فى صلاة العقل والقلب هذه ، استعمل فى ذلك الوقت الطريقة الثانية ، وهى :

دع عقلك يستمتع بحرية في التفكير والتأمل الروحانى ، سواء فى الأسفار المقدسة ، أو إيحاءات خلائق الله ، فإن مثل هذا التأمل الروحاني قريب الى طبيعة العقل الرهيف اللامادى وبهذه الطريقة لا تسجنه أو تنقله فى الأشياء الخارجية . بل على العكس تروى عطشه فى حدود مجاله بلا تشويش .

وهذه التأملات - بطبيعتها - ترد العقل للرجوع سريعاً الى القلب ليتحد بالله . وهذا بأن يغوص فى التذكر الداخلى لجلاله وحده . هذا هو السبب فى أن القديس مكسيموس يقول : «العقل إن عمل بمفرده لا يتحرر من الأوجاع بل يجب أن يتكرس لتأملات روحية مختلفة » .

لذلك حذار من أن تنحصر فى الجانب المادى من خلائق الله سواء كانت أشياء جامدة أم أجساماً حية ، أو عندما تكون تحت نير أوجاع ، لأنه بحسب قول القديس مكسيموس يكون العقل غير متحرر بعد من النظرة الحسية الوجعية فبدلاً من أن يتجاوز العقل عن الماديات ويدخل الى الأفكار الروحانية اللطيفة ، يكون منجذباً فقط بتأثير الجمال والحسن الخارجى ، وفى التلذذ بهما فيخرج من هذا كله بانطباعات مزيفة وارتباطات وجعية . الخطر الذى أودى بكثيرين من الفلاسفة الطبيعيين .

أيضاً ، كى تعطى فسحة وراحة لعقلك ، يمكنك اتباع الطريقة الثالثة ، وهى أن تتأمل فى أسرار حياة وآلام الرب ، أعنى ، مولده فى مزود ، ختانه ، شهادته لله فى الهيكل ، عماده فى الأردن ، صومه الأربعين يوماً فى البرية ، تعاليمه فى الإنجيل، معجزاته الكثيرة ، تجليه على جبل تابور ، غسله أرجل تلاميذه ، وتسليمه لهم الأسرار فى العشاء الأخير ، خيانة يهوذا له ، وآلامه ، وصلبه ودفنه ، وقيامته ، وصعوده الى السماء .

تأمل فى عذابات الشهداء الكثيرة ، ومآثر الآباء القديسين فى نسكياتهم الشديدة لسنين طويلة .

وبنفس الطريقة ، كي ينسحق قلبك وتثير فيه مشاعر التوبة ، يمكنك أن تتأمل أيضاً في ساعة الموت الرهيبة ، ويوم الدينونة المخيف ، والعذابات الأبدية المتنوعة - محيطات من النيران الأبدية، الهاوية المظلمة ، والظلمة الحالكة في الجحيم ، الدود الذي لا ينام، الحياة مع الشياطين ...

كذلك تأمل أيضاً في السلام الكامل والفرح الذي لا ينطق به الذي للأبرار في ملكوت السموات والمجد الأبدي . فكر في النعيم الدائم ، وأصوات المفديين ، الإتحاد الكامل مع الله ، والشركة مع الملائكة والرفعة مع القديسين .

فإن كنت يا حبيبي تجلب مثل هذه الأفكار وتوردها على صفحات خيالك ، فستتحرر من الأفكار الشريرة والذكريات الدنسة ، كما أن هذه المحاولات تذكيك في يوم الدينونة كما يقول القديس باسيليوس الكبير في مقالته عن البتولية « كل انسان، أثناء حياته بالجسد ، يشبه الرسام الذي يرسم صورة في مكان خفي ، وعندما تتم صورته يخرجها الرسام الى الخارج ويعرضها أمام النظارة . فيمتدح إن كان قد اختار موضوعاً جيداً ورسمه بإتقان ، أو يُلم إن كان الموضوع الذي اختاره رديئاً أو إن كان قد رسم برداءة . هكذا كل إنسان بعد الموت يخرج الى دينونة

الله . فيمتدح ويكرّم من الله والملائكة والقديسين إن كان قد زيّن عقله وخياله بالصور الروحانية والمثالات الإلهية والأفكار البهية . أو يُدان بخزى ، إن كان بعكس هذا ، أى ملأ عقله بصور الأوجاع الدنسة الدنيئة » .

والقديس اغريغوريوس من تسالونيكى ، أبدى دهشة من الطريقة التى تؤثر بها المحسوسات فى النفس بواسطة الخيال ، لأنها (المحسوسات) إما أن تجلب نوراً على العقل تقوده الى حياة النعيم الأبدى ، أو تجلب ظلمة العقل تقوده الى الجحيم .

لا أقصد ، أن تنشغل باستمرار بهذه الأفكار وحدها ، ولكن أعنى أنه يمكنك أن تستخدمها أحياناً الى أن يستريح عقلك الذى تعب من سجنه فى القلب . فبعدما يستريح ، عد به مرة أخرى الى القلب وأغصبه على البقاء هناك بدون هواجس الصور الرديئة، ولا تكف عن تذكر الله فى القلب ، لأنه كما أن المحار والقواقع لا تستريح إلا فى أصدافها ، هكذا العقل لا يجد سلامه الطبيعى إلا فى مخدع القلب وفى الإنسان الداخلى ، حيث يأوى كما فى قلعة حصينة . ويشهد حربه بنجاح مع الأفكار والأعداء والأوجاع المختبئة هناك أيضاً فى قلبه وكثيرون لا يعلمون بهذا .

✣ ان اختباء الأوجاع فينا – فى قلوبنا – ومحاربتها لنا من

هناك ، ليست أفكارى الخاصة . استمع الى ما يقوله الرب ، **لأن من القلب تخرج أفكار شريرة قتل ، زنى ، فسق سرقة شهادة زور تجديف هذه التى تنجس الانسان ،** (متى ١٥ : ١٩، ٢٠) . كذلك حقيقة أن أعدائنا الشياطين يختبئون بالقرب من القلب ليست من اختراعى . بل هى تعاليم آبائنا القديسين وقد كان القديس ديادوش (St. Diadoch) أكثرهم تحديداً حين قال بأن النعمة الإلهية تحرك الإنسان من الخارج نحو الخير بينما يكون الشيطان مختبئاً فى أعماق القلب والنفس . أما بعد العماد ، فإن الشياطين تحوم حول الانسان من الخارج ، بينما تدخل النعمة الى الداخل . بل يذهب القديس الى أبعد من هذا فيقول بأن حتى بعد العماد يُسمح لأعدائنا أحياناً أن يخترقوا أعماق أبداننا ويصلوا كما الى قُرب سطح القلب كاختبار لإرادتنا. من هذا يلوثون العقل بلذات الشهوات اللحمية .

عمل النعمة ... وسلطان الظلمة :

القديس اغريغوريوس الثاؤلوغوس يُعلم نفس الشئ مفسراً ما قاله الرب عن الروح النجس الذى يخرج من انسان ، ثم يرجع مرة أخرى ، واصلاً الى نهاية ذلك الإنسان أشر من أوائله (مت ١٢ : ٤٣- ٤٥) . يقول القديس اغريغوريوس بأن هذا الشئ

نفسه يحدث للمتعمد إن لم يهتم بالبقاء في داخل قلبه وهذا هو النص « إن الروح النجس المطرود من المتعمد – ولا يهم حصوله على مأوى ، يطلب راحة جائلاً هنا وهناك ، ولا يجد مأوى ، فيرجع الى البيت الذى خرج منه ، لأنه بلا حياء . فإن وجد أن الانسان المتعمد مرتبط بالمسيح بحب واهتمام . وهو (أى المسيح) قائم وساكن فى المكان الذى طرح (الشيطان) منه ، أى فى القلب يفشل فى الدخول ، ويرجع مرة أخرى ، ولكنه إن وجد مكانه السابق فارغاً لا يشغله أحد لعدم وجود إهتمام بالله فيه أو تذكر له ، يدخل بسرعة وبخبث أشر من الأول وتكون أواخر ذلك الإنسان أشر من أوائله » .

تعمدت أن أطيل الكلام لكي أحثك بكل قوة أن تداوم على أن تجمع عقلك فى قلبك مع تذكر ربنا ومخلصنا ، والصلاة اليه . عندما تكون هناك مع الرب لا يجسر العدو أن يقترب ، وهكذا تبقى منتصراً فى الضيقات التى تجلبها الأفكار والحركات الوجعية التى تهاجم القلب . وقبل كل شئ ، أقول لك ، استيقظ فى ذاتك وانتبه ، ولا تدع خيالك وذاكرتك يسترجعان أموراً كنت رأيتها من قبل أو سمعتها ، أو استنشقتها أو ذقتها أو لمستها خصوصاً إذا كانت أموراً مخزية غير لائقة .

سهل أن نتفادى المعارك بالحرص ولكنها تصعب جداً بعد استعمال الحواس . كل من يحارب يعرف هذا عن اختبار . إن عدم موافقتك على تجربة حسية أمر يسهل حصوله ، ولكن بعد أن وافقت عليها لمرة واحدة فمن الصعب ضبط الخيال والذاكرة بعد ذلك . مثال لهذا : كونك ترى وجهاً ما أو لا تراه ، وكونك تنظر اليه بشهوة أو بدون شهوة ، هذا أمر سهل ولا يحتاج الى مجهود كبير ، ولكن بعد أن ترى وتبصره بشهوة لا يسهل أن تزيل صورة ذلك الوجه من العقل ، بل يحتاج الى مجهود كبير ، وجهاد داخلى غير هيّن ، ويستطيع العدو أن يلعب بك كما تلعب أنت بكرة ، دافعاً إهتمامك من ذاكرة إلى أخرى ، ومثيراً كافة الأوجاع التى ورائها . وهكذا يجعلك فى حالة وجع دائم ...

لذلك أقول لك : تيقظ باستمرار .... وفوق كل شئ راقب خيالك وذاكرتك .



٢٧

جندى المسيح الذى يريد بحق أن يقهر أعداءه عليه أن يتجنب كل عوامل القلق والاستثارة فى القلب

ان الشخص المسيحى ، عندما يفقد سلامه القلبى ، لا يستريح ولا يهدأ بل يعمل بكل ما فى وسعه لكى يستعيده من جديد . كذلك يجب عليه أن لا يسمح لأى حادث عارض فى الحياة أن يزعج سلامه كمرض ، أو جرح أو وفاة الأقارب أو الحروب ، الحريق ، الأفراح المفاجئة ، أو المخاوف والأحزان ، أو ذكر الخطايا السابقة وغلطات الحياة . وبالاختصار ، كل شئ يزعج القلب ويثيره . إن حدثت مثل هذه الأشياء يلزمنا عدم الاستسلام لمشاعر القلق والاستثارة ، لأن الاسترسال فى هذه المشاعر يُفقد الإنسان أعصابه وقدرته على تفهم الحوادث بوضوح ورؤية طريقة العمل السليم . وهذا يعطى فرصة للعدو لإثارة الانسان أكثر فأكثر دافعاً إياه كى يتخذ معه خطوة يصعب أو يستحيل علاجها .

هذا لا يعنى أنك تكون بلا حزن ، لأن هذا ليس فى مقدورنا ، ولكن لا تجعل للحزن مكاناً فى قلبك ، ولا تدعه يستثيره (قلبك) .

بل لتكن أحزانك خارج حدود قلبك ، واسرع بتلطيفها وتصريفها كي لا تعوقك عن العمل المناسب المعقول . فهذا في قدرتنا بقوة الله ، إن كانت مشاعرنا ومثلنا الأخلاقية قوية فينا .

إن كل تجربة لها طابعها الخاص ، وتتطلب علاجاً خاصاً ، ولكي أتكلم عن التجارب بصفة عامة آخذاً في الاعتبار جانبهم المشترك - إزعاج وإثارة النفس ، جاعلاً في الأذهان طريقة علاج عامة ضد جميعهم . هذا العلاج هو الإيمان بعناية الله الصالحة التي تنظم منهاج حياتنا بكل دقائقها وبما فيها من حوادث عارضة لخير كل واحد منا فعلينا أن نستسلم برضى لإرادة الله قائلين من عمق قلوبنا : فلتكن إرادة الرب ! كما يشاء الرب هكذا يكون ، فهي لخيرنا .

يختلف الناس في مشاعرهم من جهة الخير الكائن في التجربة ، يعتقد شخص أن التجربة هي لطف الله الذي يقوده الى التوبة . ويقول آخر : إنه بسبب خطاياي قد أرسل الله لي هذه التجربة كي تنقي بها ؛ وسوف أحتمل قصاص الله العادل، ويظن ثالث : إن الله يجربه كي يختبر مقدار أمانته . والبعض الآخر ينظر من خارج نحو الإنسان المجرب مفكراً أن تجربته هذه قد أرسلت اليه كي تظهر أعمال الله فيه . ولكن هذا الحكم

لا يصدر إلا بعد انتهاء التجربة ، وتكون معونة الله واضحة فى نفس الإنسان المجرب .

علينا أن نأخذ بالثلاث مشاعر الأول ، لأن أياً منهم فضيلة لها قوتها فى إخماد الحزن وإقامة السلام فى القلب حينما تدخل اليه .

وهاك وسائل عامة توطد سلام القلب ، عندما تحاول التجارب أن تعكره :

– ثبت ايمانك فى عناية الله الصالحة نحوك ، باذلاً كل جهدك فى التفكير فى هذا الأمر .

– انعش فى نفسك مشاعر التسليم والتكريس لإرادة الله .

– ادخل الى قلبك الأفكار المذكورة سابقاً وتمعن فيها كى تشعر بأن التجربة التى تحس بها فى هذه اللحظة مرسلة لك كى تقودك الى التوبة ، بصفة عامة أم خاصة .

– إما لتقودك الى التوبة عن أفعالك الماضية المنسية . وبمجرد أن يبدأ القلب فى الإحساس بهذا الشعور ، يقل الألم فوراً ، وتتولد فيك المشاعر الأخرى (أى التجربة ربما تكون قصاص عن خطاياى أو لاختبار أمانتى فى خدمة الله) وهذه

المشاعر معاً تعيد اليك سلامك وعزاءك بسرعة ، إذاك يمكنك إلا أن تقول : « ليكن اسم الرب مباركاً الى الأبد ! ».

لأن هذه المشاعر فى القلب المضطرب تكون مثل الزيت على أمواج البحر : حيث يسكن الزيت الأمواج ويصير هدوء عظيم .

فإن اضطرب قلبك بأى مقدار ، حاول أن تستعيد سلامه ، لأنك بالمداومة على ذلك ، مع محاولات روحية كثيرة تغرس هذه المشاعر فى قلبك : حتى يصل الى الامتلاء ... حينذاك لا تقدر أى تجربة أن تجعلك تضطرب لأن استعدادك يصدها بنجاح . أنا لا أعنى أن مشاعر الحزن لا تهاجمك على الاطلاق ، ولكن أقصد أنها ستأتى اليك وتتراجع فى الحال كأمواج البحر عند صخرة شماء .



٢٨

ماذا نعمل ، لو جرحنا فى معركة ...!

إن أصابك جرح بسيط بسبب استسلامك لخطية ما ، عن طريق ضعف ، أو طبيعة أخلاقك الخاطئة (كلمة غير مناسبة خرجت منك عفواً ، فقدت أعصابك مرة ، شئ ردئ خالج فكرك ، هوى سئ اشتعل فيك كالحمى ... إلخ) ، فلا تفقد قلبك وتجعله يسقط في السجن .

اشعر بضعفك :

قبل كل شئ لا تعتد بنفسك وتقول : « كيف حدث هذا لى أنا ؟ » إنها صرخة كبرياء وعجرفة . بل اتضع فى ذاتك ، وارفع عينيك نحو الله وقل بملء مشاعرك : « أى شئ ينتظر من شخص ضعيف وخاطئ مثلى يا رب سوى هذا » واشكره بعد ذلك إن الأمر لم يستعمل أكثر من هذا قائلاً : « لولا مراحمك غير المحدودة يا رب ما توقفت عند هذا الحد ، بل كنت سأسقط فى أمور أردأ » .

لا تلتمس لنفسك الأعذار :

لا يجب بأى حال أن تمزج هذه المشاعر مع إحساس

بالتساهل مع نفسك وتقع فى طياشة الفكر بأنك أنت كما هو أنت، وهذا يعطيك الحق بالسلوك الخاطئ ... لا ، لا . فإنه بالرغم من الحقيقة بأنك ضعيف وقابل للوقوع فى الخطيئة ، ولكنك مذنب بالنسبة لكل الخطايا التى عملتها مادامت لك إرادة حرة . فكل ما يصدر عنك يعرض عليها (على إرادتك) . وهكذا كل خير تعمله يُحسب لك وكل فساد يحسب عليك . فالاحساس العام بأنك شرير لا يعفيك من ادانتك على شرك الخاص الذى سقطت فيه فى اللحظة الحالية . احكم أنت على نفسك ولا تدن إلا ذاتك ... ذاتك وحدها . لا تنظر حولك باحثاً عن شخص تلقى عليه اللوم ، فلا الأشخاص ، ولا الظروف مسئولة عن خطيتك . ارادتك الرديئة هى الملامة وحدها ، لذلك لُم نفسك .

احزن على الخطية :

أيضاً لا تتشبه بأولئك الذين يقولون : « نعم ، لقد فعلتها ، ولكن ماذا فى هذا ؟ » لا ، بل إذ قد عرفت غلطتك ، بكّت نفسك ، وواجه ذاتك بدينونة الله التى لا مفر منها ، واسرع لتلهب مشاعر التوبة ، أى ، انسحاق القلب والتذلل والندامة ، ليس من أجل انحدارك أنت وحدك نحو الخطية ، بل لأنك بخطيتك أسأت الى الله الذى أظهر لك لطفاً كثيراً داعياً إياك للتوبة وغفران خطاياك

القديمة ، واشتراكك فى نعم الأسرار ، وارشادك ، وحمايتك فى الطريق الصحيح كى تتقدم فيه عن طريق أب اعترافك .

من الأفضل أن تكون الندامة عميقة ، ولكن مهما كان عمق هذه الندامة ، لا تدعها تلقى أى ظل شك من جهة الغفران . فالغفران قد أعد كاملاً من قبل ، وصكوك الخطايا قد مزقت كلها على الصليب ، التوبة والندامة هما المطلوبان من كل إنسان يريد أن يحصل على عمل ذبيحة المسيح الكفارية ، وينعم باستحقاقها ، بهذا الانسحاق تقدم الى أبيك الروحى ، واكشف له أفكارك معترفاً بخطاياك .

✣لتسمع منه كلمة تعزيك ويطلب من أجلك وتيقن أن الرب قد تجاوز عن آثامك .

✣ اسجد بروحك وجسدك مؤمناً بهذا واصرخ « **ارحمنى يا الله كعظيم رحمتك**» (مز ٥١ : ١) . ولا تكف عن الصراخ بهذا حتى تشعر أن نفسك مذنبة ، وفى نفس الوقت مغفور لها حتى أن الذنب والغفران ممتزجان فى شعور واحد .

✣ هذه النعمة تحل أخيراً على كل تائب ، ولكن يجب أن يلازمها قرار ، وتختم بنذور بأن لا نتساهل مع أنفسنا فى المستقبل بل نراقبها بتدقيق ، ونحمى نواتنا من كل السقطات

كبيرة كانت أم صغيرة . مثابرين على الصلوات لطلب معونة النعمة فى كل ما نقوم به . فقد ثبت بالإختبار أن عدم اعتماد الإنسان على قواه ومحاولاته الشخصية ، يوجه قلبه طبيعياً الى الإستغاثة بالله « **قلباً نقياً اخلقه فىَّ يا الله وروحاً مستقيماً جدده في أحشائى ... رد لى بهجة خلاصك، وعضدنى بروح حريتك** » (مز ٥١ : ١٠ ، ١١) .

عليك أن تمارس كل هذا - إدانة الذات ، الندامة ، الصلاة المملوءة رجاء فى نوال المغفرة ، القرار الإلهامي لمراقبة النفس فى المستقبل ، الصلاة من أجل النعمة لتثبت فينا فى هذه المحاولات وفى كل وقت ترتكب فيه خطية بواسطة عينيك أو أذنيك أو لسانك أو فكرك أو مشاعرك . لا تترك الخطية فى قلبك ولو لدقيقة واحدة دون أن تعترف بها . ولا تهمل تطهير قلبك بالتوبة الصادقة أمام الله .

أيضاً حتى لو سقطت مرة أخرى ، افعل نفس الشئ مرة أخرى ، وكلما أخطأت طهر نفسك فى كل مرة أمام الرب . أخبر أبيك الروحي بكل هذا فى مساء نفس اليوم إن أمكن . وان كان هذا غير ممكناً ، فأخبره عندما تحين أقرب فرصة ، لأن الاعتراف للأب الروحي بكل شئ مفيد جداً فى محارباتنا الروحية .

لا شئ يكسر العدو القاتل ويهزم حبائله بفاعلية وتأثير أفضل من هذه الطريقة . ولهذا يتوق العدو أن يعرقلها بكل الوسائل الممكنة داخلياً وخارجياً : -

داخلياً ، بالأفكار والمشاعر ، **وخارجياً** بخلق أسباب مختلفة لمقابلات وأحداث غير لازمة . ولكن مهما كانت العقبات ، أنظر من نفسك متى تمارس هذا العمل مكتشفاً حيل العدو . سأذكر لك شيئاً واحداً فقط : إن العدو بغيرة ونهضة شديدة يقترح أن لا تبدأ فى أعمال النقاوة الداخلية على الفور ، ويقول لك حقاً إن الخطية ملحوظة ، ولكن انتظر قليلاً فقط - ليس ليوم ، ولا لساعة بل لبرهة وجيزة فقط ، ولكن بمجرد أن توافق على هذا يبدأ فى خطيئة أخرى : - فبعد خطيئة اللسان ، خطية العين ، أو ببعض الحواس الأخرى . بعد ذلك تهمل أعمال النقاوة بالنسبة للخطيئة الجديدة شئت أو لم تشأ ، لأنه كان عليك المفروض أن تنقى نفسك من الخطية الأولى أولاً . ولأنك أهملت تستمر خطاياك يوماً بطوله، وتمتلئ نفسك بخطيئة بعد أخرى . وعند المساء حيث تستبعد عادة أعمال التنقية والتوبة ، إذ لا يوجد أدنى قابلية فى النفس ، لأنها تكون ممتلئة بتشويش وسجس وظلمة كثيرة بتأثير التعديات وتكون النفس آنذاك تماماً مثل عين ممتلئة بالأتربة ، أو مياه

معكرة بالأوحال ، لا يمكن أن ترى أى شئ ، فستهمل التوبة بالكلية، وتترك النفس موحلة ومدنسة . وهذا يجعل صلاة المساء غير كاملة ، ويقود الى أحلام رديئة .

لذلك يا حبيبى لا تؤجل أعمال النقاوة الداخلية أبداً ، ولو لبرهة وجيزة بل بمجرد أن تنتبه لخطايا نفسك قم وتب .

✢اقتراح آخر اعتاد الشرير أن يقترحه ، وهو أن لا تخبر أبيك الروحى بما حدث .... فلا تستمع لعدوك بل عارضه بشدة واخبر أباك بكل شئ حدث . لأنه كما أن الاعتراف يتسبب فى خير كثير ، هكذا كتمان ما قد حدث فينا ومعنا ينتج عنه حذر أكثر .



٢٩

ترتيب المعركة التى يتبعها العدو (الشيطان) ضدنا في المحاربات الروحية وكيف أنه يضل الناس بمحاولات داخلية مختلفة

اعلم يا حبيبى أن حرص الشيطان كله هو تخريب كل واحد منا ، ولكنه لا يستعمل طريقة واحدة فى المحاربات ضدنا جميعاً على السواء . ولكى أوضح لك هذا الأمر ، سأصف لك خمس حالات داخلية لبعض الناس ، وحيل العدو المناظرة لها ، هذه الحالات هى :

✢ أن بعض الناس يستعبدون للخطية ، وليس لديهم أى فكرة للتحرر منها .

✢ وآخرون بالرغم من تفكيرهم فى التحرر ، لا يبذلون أى جهد ليصلوا اليه .

✢ وهناك أشخاص أيضاً ، بعد ما تخلصوا من إشكالات الخطيئة وبلغوا الفضائل سقطوا مرة أخرى فى الخطية بفساد أخلاقى عظيم .

✣ وبعضاً منهم يتوهمون بالرغم من كل هذا أنهم ما زالوا متقدمين نحو الكمال .

✣ آخرون يطيشون عن طريق الفضيلة إما بالإهمال ، وإما يمارسونها بحالات وظروف تحدث ضرراً لذواتهم .

والعدو ينصب فخاخه لكل واحد بحسب حالته واستعداداته .



٣٠

كيف يبقى الشيطان الخطاة في عبودية الخطية ؟!

العدو يحدر النفس بلا رحمة :

عندما يوثق الشيطان إنساناً فى عبودية الخطية ، يحاول على وجه الخصوص أن يزيد ظلمته أكثر فأكثر ، مصيباً إياه بالعمى الروحى . ومزيلاً منه كل فكر صالح ، كى لا يقدر أن يتحقق من الضرر الذى أصاب حياته ، ولهذا فلا يلاشى من قلبه كل الأفكار التى تقوده الى التوبة فقط ولكن بدلاً عنها يغرس فى قلبه أيضاً أفكاراً شريرة فاسدة لئلا يسلك ذلك المسكين فى طريق الفضيلة ... وفى الوقت نفسه يهيئ الشيطان له فرصاً كثيرة لإرتكاب الخطية التى صارت عادية بالنسبة له مغرياً ذلك الإنسان البائس للسقوط فيها أو فى خطايا تفوقها شناعة ولمرات عديدة بقدر المستطاع ... وهكذا يدخل الخاطئ المسكين فى ظلمة العمى أكثر فأكثر . هذا العمى يقوى عادة الاستجابة للخطيئة فيستمر خاطئاً ، وخاطئاً . منقاداً من فعل الخطية الى عمى أعظم، ومن العمى الى خطايا أعظم ويدور البائس فى هذه

الدوامة . ويستمر فى هذا حتى الموت ، ما لم ترسل له نعمة إلهية خاصة تخلصه .

لا تهمل فرصة للتوبة:

إن وجد إنسان نفسه فى هذه الحالة الخطيرة ، فلكى يتحرر منها ، عليه أن يقبل أى فكرة صالحة بمجرد أن تعرض عليه ، ويستجيب فوراً لأى اقتراح (نداء) يدعوه من الظلمة الى النور ، ومن الخطيئة الى الفضيلة وينتبه بكل رغبة وبدون إبطاء لينفذ ذلك النداء فوراً بكل غيرة ، داعياً من عمق قلبه معطى البركات السخى « ساعدنى أيها الرب إلهى ساعدنى سريعاً ، ولا تدعنى أهيم أكثر من ذلك فى ظلمة الخطية هذه » ... عليه أن لا يكل من التوسل الى الله بهذه الكلمات أو بما يماثلها . وفى نفس الوقت فليبحث عن مساعده على الأرض ، بالرجوع الى أولئك الذين لهم خبرة فى إبداء النصح والإرشاد الى أفضل الطرق التى تحرر نفسه من رباطات العبودية الخاطئة المسكة به . وإذا لم يتيسر تواجد مثل هؤلاء على الفور ، عليه أن يتحيّن أقرب فرصة ، وفى نفس الوقت لا يكف أبداً عن التضرع نحو الرب يسوع المصلوب عنا متشفعاً بأمه القديسة العذراء ، والملائكة والقديسين .

على الإنســان المغلوب بالخطايا أن يعــرف بأن انتـصـــاره وغلبته على أعدائه يكون فى عدم التأخير ، والإستعداد السريع لإقتناص الوقت المقبول .



٣١

كيف يحتفظ الشيطان فى شباكه بالذين تحققوا من خطورة حالتهم ، ورغبوا ان يتحرروا ولكنهم لم يتحركوا . ثم ما هى الأسباب التى من أجلها لا تتحقق نوايانا الطيبة غالباً

أولئك الذين أدركوا أن مسلك حياتهم الشريرة خطيرة ورغم ذلك قد نجح الشيطان فى الاحتفاظ بهم تحت قوته مستخدماً لذلك هذا الاقتراح البسيط الفعال « أجل ... أجل ... غداً .... غداً » والخاطئ المسكين ينخدع بهذا الاقتراح بالتأجيل لأنه غالباً مصحوباً بميل ظاهرى صالح فيقرر فى نفسه « نعم غداً أفضل لأنه اليوم علىّ أن أنجز بعض الأعمال فعندما أنتهى منها أصير بلا هم ، وبعد ذلك ، سأضع نفسى بين يدىّ النعمة الإلهية ، وسأتبع طريق الحياة الروحية بلا إنحراف ... اليوم سأفعل هذا أو ذاك ، وغداً سأتوب » .

هذه هى شبكة الشيطان يا أخى التى يصيد بها كثيرين ، ويمسك بها أهل العالم فى يديه . وهذه الشبكة توقعنا بسهولة فى التراخى والعمى ، فيصير خلاصنا ، ونعمة الله لنا فى خطر، لأننا لا نستخدم فوراً السلاح السهل البسيط الفعال أعنى : أن

نقول لأنفسنا بكل تصميم وحرارة « سأبدأ الحياة الروحية هذه اللحظة ... هذه اللحظة ، وليس فيما بعد ، سأتوب الآن وليس فى الغد ... الآن هذه اللحظة فى يدى ، الغد وما بعده فى يدى الله . وحتى لو ضمن لى الله الغد وما بعده ، هل يمكن أن أتأكد أننى سأنال فى الغد نفس دافع الخير لإصلاح طرقى ؟ » . ألا يكون مثل هذا التأجيل جنوناً !! كالمريض الذى يقدمون له دواء أكيداً لعلاجه وشفائه ثم يقول « انتظروا ، دعونى أمرض لفترة قليلة أيضاً !! » هكذا الإنسان الذى يؤجل عمل خلاصه فهو يفعل نفس الشئ .

لذلك إن أردت أن تتحرر من اقتراحات عدوك الخبيثة ، إشهر فى وجهه فوراً هذا السلاح البتار ، ، واطع أفكارك الصالحة فوراً وبلا إبطاء ، وانتهز الفرصة التى أتاحها لك الرب ، داعياً إياك لتتوب . لا تسمح لنفسك أن تقول : « لقد صممت بحزم أن أتوب ، ولكن بعد وقت قليل ، فسوف لا أهمل هذا الميل ، لا لا فمثل هذه التصميمات قد ثبت خداعها . لقد اعتمد عليها كثيرون من الناس ومازالوا فى عدم توبتهم الى أن انتهت حياتهم وهم غير تائبين ....

وهذا يرجع الى عدة أسباب :

أولاً : أول هذه الأسباب هو أن تصميمنا الشخصى لا يستند على إتكال كلى على الله وإنكار الذات . فنحن لم نتخلَ عن تعظيم أنفسنا ، والنتيجة الحتمية لهذا هى رفع بركة المعونة الإلهية عنا ، وفى هذه الحالة يكون السقوط أمراً حتمياً . هذا هو السبب فى أن الإنسان الذى يقرر فى ذاته قائلاً « غداً سأحيد عن طريق الخطية بلا رجوع » غالباً ما يصل الى نتيجة عكسية - أى بدلاً من قيامه ، يسقط الى أردأ من ذى قبل ويتوالى سقوطه مرات عديدة . إن الله يسمح أحياناً أن يحدث هذا عمداً ، كى يعرف ذلك الانسان المعتد بذاته بضعفاته ، ويوجهه هذا للبحث عن المعونة الإلهية ، تاركاً كل اعتماد على النفس ومهملاً لكل ثقة فى ذاته ، واثقاً فى معونة الله فقط .

هل تريد أن تعرف أيها الإنسان متى تتحقق قراراتك بكل حزم ؟

عندما تترك كل اعتماد على نفسك ، وتضع كل رجائك بإتضاع وثقة على الله وحده .

ثانياً : والسبب الثانى هو أننا أثناء تصميمنا على هذا القرار نكون غالباً ناظرين الى جمال الفضيلة وبهائها تلك التى اجتذبت الارادة اليها . ومن الطبيعى فى هذه الحالة أن تغيب عنا

الجوانب الصعبة فى هذه الفضيلة . فاليوم لا نلاحظ الجانب الصعب فى الفضيلة ، حيث أن جمالها يجذبنا بقوة ، أما الغد ، حينما نختلط بأعمالنا المعتادة وإهتماماتنا الكثيرة ، تقل الجاذبية رغم وجود النية ، وهكذا تضعف الرغبة وبالتالى تضعف الارادة أو تنتكس نحو الاهتمامات الأخرى . وفى نفس الوقت لا يأسر بصرنا من الفضيلة إلا جانبها الصعب ، لأن طريق الفضيلة صعب بطبيعته والخطوة الأولى فيه ، هى أصعب ما فيه .

إفرض أن شخصاً قرر بالأمس أن يدخل هذا الطريق (أى طريق الفضيلة) وبدلاً من أن يتمم هذا القرار اليوم فعل نفس الشئ (أى اكتفى بقرار آخر) فهو لا يشعر بأى قابلية لتنفيذ قراره . لأن الرغبة قد فقدت شدتها ، والارادة قد ضعفت ، ولا يرى سوى العقبات – من نفسه ، أو من مناهج حياته العادية أو من علاقاته مع الاخرين – وهكذا يقرر : « سأنتظر قليلاً واستجمع قواى » وهكذا يدوم منتظراً من يوم الى يوم ، ولا عجب إن انتظر حياته كلها . فرغم أنه بدأ العمل بالأمس ، عندما ألهمته الرغبة أن يصلح طرقه إلا أنه لم يعمل شيئاً واحداً لا طاعة هذه الرغبة ، ولم يدخل فى حياته أمراً واحداً بهذه الروح لذلك أصبحت إرادته من الضعف بحيث تتراجع أمام العقبات .

لا بد أن تكون هناك عقبات ، ولكن إذا كان فى الإنسان ميلاً عليه أن يزيلها ، لا بد أن يتغلب عليها . فإن شغل نفسه طوال اليوم بالتغلب على هذه الصعاب ، سيشعر فى اليوم التالى أن العقبات أقل بكثير ، وفى اليوم الثالث أقل جداً ، وبالاستمرار أكثر فأكثر يكون قد قام فى الطريق الصحيح .

ثالثاً : السبب الثالث هو أن اليقظة المباركة من نوم الخطيئة لم تترجم الى عمل فعلى . حينئذ لا تتكرر هذه اليقظات مرة أخرى ، وحتى إن حدثت يكون تأثيرها على الإرادة أقل قوة من الفرصة الأولى ... أى أن الإرادة لا تسرع فى الميل نحوها كما كانت قبلاً . والتصميم يفتر أيضاً ويحتاج الى طاقة منشطة. فالذى لا يطيع هاتفاً قوياً جاءه اليوم ، مؤجلاً هذه الطاعة للغد ، فما أسهل أن يكرر هذا التأجيل مرة ثانية لأن الهاتف يضعف ، ويكون التأجيل أكثر سهولة فى المرة الثالثة وهكذا تسير الأمور كلما تُركت طاعة الهاتف الصالح غالباً ما يضعف تأثيره ، وبعد وقت يفقد تأثيره بالكلية أى أنه يأتى ويذهب بلا أثر ، وأخيراً يكف عن المجئ نهائياً ، ويسلم الإنسان ذاته للسقوط ، فيتقسى قلبه ، ويحس بالنفور من الهتافات الصالحة ، وهكذا يصير التأجيل طريقاً مستقيماً نحو هلاك النفس الأبدى .

من يعرف أن يعمل حسنا ولا يعمل :

سأضيف أيضاً ان حدوث التأجيل ليس ضرره بالنسبة للهتافات الداخلية لتغيير الحياة من الفساد الى الصلاح ، ولكن أيضاً عندما يكون الإنسان سائراً فى حياة صالحة ، وتحين له فرصة لعمل صالح فيؤجلها الإنسان الى الغد أو لوقت آخر ... فى هذه الحالة يمكن أن نطبق أيضاً كل ما قيل سابقاً .

اعلم انه إن ضيّع الإنسان فرصة لعمل خيّر ، فهو لا يحرم نفسه فقط من ثمرة الخير ولكنه يسئ الى الله .... فلو أرسل الله انساناً محتاجاً وقال له « اذهب .... بعدين! » فرغم أن قوله هذا موجه لإنسان إلا أنه فى نفس الوقت يقول لله الذى أرسل له هذا المسكين . ان الله سيرسل للمسكين محسناً آخر يتكفل بحاجته ، أما الانسان الذى رفض فسيسأل عن ذلك .



٣٢

فى مكايد العدو التى يستخدمها ضد الذين ابتدأوا المسير فى الطريق الصحيح

لو تغلب انسان على العقبتين السابقتين ، وامتلأ بالرغبة فى التحرر من رباطات الخطيئة ، وابتدأ هذا العمل فعلاً بدون ابطاء فالعدو لا يتركه أيضاً . انه يغيّر خططه فقط وليس رغبته وأول ذلك هو أن يجعل الانسان متعثراً فى صخور التجارب حتى يحطمه .

يصف الآباء القديسون مثل هذا الانسان كأنه محاط بالنيران من جميع الجهات : من فوق ، ومن أسفل ، من اليمين ومن الشمال ، من الأمام ومن الخلف ، وتصوب نحوه سهام من كل مكان .

+ فالسهام العلوية هى اغراءات بأعمال روحية زائدة فوق قوته .

+ والسهام السفلية هى اغراءات للإقلال أو حتى ترك كامل للأعمال الروحية بواسطة الاشفاق على الذات والتراخى والطياشة .

+ السهام اليمينية هى التجارب التى تأتى للإنسان عن

طريق أعماله وممارساته الصحيحة حيث يستغلها العدو ليقودنا الى هوة السقوط .

+ والسهام **الشمالية** هى التجارب المحددة الواضحة الشر التى يجلبها العدو ليجذب الانسان نحو الخطية .

+ والسهام **الأمامية** عندما يجرب العدو الانسان ويزعجه بالأفكار عن المستقبل .

+ والسهام **الخلفية** هى عندما يجربه العدو بذكريات الماضى بما فيه من أفعال وأحداث !! .

كل هذه الأفكار والتجارب تهاجم النفس إما داخلياً أو خارجياً:

داخلياً : عن طريق صور وخيالات الفنطسة المطبوعة عقلياً فى الاحساس ، أو عن طريق مشورات شريرة مباشرة يرسمها العدو فى القلب ، مصحوبة عادة بالتأثيرات الوجهية .

وخارجياً : عن طريق الانطباعات المأخوذة من الحواس الخارجية في تيار لا يتوقف ... زيادة على ذلك ، فإن أعداءنا لهم حلفاء من عاداتنا الخاطئة الأولى ، ومن طبيعتنا التى فسدت بسقوط الانسان الأول ، وإذ لهم وسائل عديدة لايذائنا بها ، فهم لا يكلون من أول هزيمة ، بل يجربون فينا وسيلة أخرى كى يتوهموا ويضللوا خادم المسيح الذى ابتعد عن نفوذهم .

الإعتماد على الذات :

بعد أن يقدر الإنسان تركه لطرقه الرديئة ، ويتركها فعلاً ، فأول عمل للشيطان هو أن يكتشف فيه نقطة ضعف أخرى - غير الأولى ينفذ منها اليه ويوهم الإنسان الذى دخل الطريق الصحيح أنه صديق يعمل لصالحه ، وينصحه ألا يذهب الى معلمى حياة البر المرتبطين دائماً بالكنيسة ليأخذ منهم النصح والارشاد فلا تصدق عدوك ، لأن العدو لا يقترب من إنسان يسلك فى كل أموره الخارجية والداخلية بحسب تدبير معلمين صالحين - الكهنة بالنسبة للعلمانيين والشيوخ المختبرين فى الأديرة . ففى هذه الحالة سترى العين المختبرة التى للأب الروحى على الفور كل الاقتراحات والمشورات إن كانت من مكائد العدو أم من الله وينبه تلميذه . ولكن إن أشاح انسان بوجهه عن معلميه فسرعان ما يبلبل العدو أفكاره ، ويضله . وهناك أمور كثيرة تظهر صالحة لشر كامن فيها ... مثل هذه الأمور يشير بها العدو فيتبعها المبتدئ ويسقط فى الفخ معرضاً لأخطار عظيمة ، وربما يهلك بتمامه .

الغرور فى بدء الطريق :

والطريقة الثانية التى يستخدمها العدو هو أن لا يكتفى بترك

المبتدئ بغير مشورة ، بل يجعله أيضاً بلا معونة . إن الانسان الذى قد احتقر كل نصح وإرشاد فى حياته ، ويسلك بحسب هواه يصل فى أفكاره الى الاستغناء عن المعونة الخارجية - حتى الإلهية في تدبير حياته وأفعاله بالطريقة الصحيحة . وهنا يسرع العدو فى خطته ، وذلك بإخفاء نفسه والكف عن الهجوم على المبتدئ وحينما يشعر المخدوع أنه صار حراً ومعتوقاً من الأوجاع، يبدأ فى الظن بأن حالته الصالحة هى ثمرة مجهوداته ، وهكذا يستمر فيها . وعندما يتلو صلواته عن طلب المعونة الإلهية يفمغم بها من أسنانه كأنها كلمات مجردة بلا معنى . إنه لا يفكر فى المعونة ولا يطلب إتيانها ، وهكذا يترك المبتدئ لمشورات نفسه وهواه ... ومثل ذلك الانسان ، فريسة سهلة للعدو .

فمن نتائج الغرور - إن بعض الناس يمارسون واجبات زائدة لم يأتِ أوانها بعد أو فوق طاقاتهم . والاعتداد بالنفس يولّد فيهم قوة نشاط زائدة تجعلهم ينجزون هذه الأعمال لوقت ما ، ولكن بعد ذلك الوقت تُجهد قواهم ، وبالكاد يقدرون على القيام بالمجهودات المتوسطة ، وغالباً ما يهملونها بالكلية .

آخرون إذ تشتعل إرادتهم الذاتية أكثر فأكثر يتوهمون فى غرورهم بأن كل شئ ممكن لديهم ، وفى حالتهم المضطربة الغير طبيعية يتخذون خطوات مشئومة .

بعض المخدوعين ألقوا أنفسهم فى آبار جافة ، وآخرون قفزوا من فوق صخور عالية حيث كانت مغاراتهم ، والبعض امتنع عن تناول الأطعمة نهائياً وهكذا ... وظهر أخيراً أن كل هذا من ترتيبات العدو ، ولم يدرك ذلك الإنسان المغرور .

والنتيجة الأخرى للغرور ، ونسبة كل نجاح الى الذات ، هو افتراض أن الإنسان حر ليعطى نفسه حلاً ، أو تخفيضات فى ممارساته الروحية . لا شك أن الانسان عندما يدخل الى حياة جديدة يقابله نوع من عدم التكيف للوضع الجديد . فمثلاً الإنسان التائب حديثاً ، تمر الأيام عليه كشهور ، والأسابيع كسنين . هكذا بعد قيام الانسان بمجهودات قليلة فى تنظيم حياته ، يدق العدو بسهولة على رأسه موهماً إياه « لقد اشتغلت بشدة ، وصمت طويلاً ، وقضيت ليالى كثيرة بلا نوم ، وها الوقت الآن لتأخذ راحة ويقترح عليه العدو » استرح قليلاً ، واعطِ فسحة لجسدك ، وبمجرد أن يستسلم المبتدئ العديم الخبرة لهذا يتراخى ، والتراخى يتبعه تراخى الى أن ينقلب نظام الحياة كلها ، ويعود الى الحياة الشريرة التى تركها عائشاً فى الرخاوة مرة أخرى ، والطياشة من جديد ، ولا يشمر عن ساعد الجد مرة أخرى .

هذه التجارب (عدم اتباع نصائح ومشورات الآخرين ، ونسبة النجاح الى النفس ، وممارسة أعمال زائدة ، واعطاء فترة تراخى) يستخدمها العدو ليس فى بداية الحياة الصالحة فقط ، بل فى أثناء سيرها كلها . فانظر أنت بنفسك كم يلزمك أن تعمل كل شئ بمشورة . ولا تنسب أى نجاح - مهما كان صغيراً أو كبيراً - الى خدماتك وهمتك ، وتجنب كلا من الزيادة ، والتراخى فى السلوك الروحى حتى ولو ظهرت حياتك نشيطة وحية بهذه الزيادة ، أو ذاك النقصان . واتبع نظم وقوانين القديسين الذين عاشوا قبلك ، والأحكام الصالحة للمختبرين الذين يعيشون فى عصرك .



٣٢

كيف يحول العدو الانسان عن الأعمال الصالحة ويفسدها له

إن مكايد العدو التى ذكرناها فى الفصول السابقة ، تقلب نظام الحياة الصالحة للإنسان رأساً على عقب . فإن جاهد الانسان ، وقاوم كل هذه المكايد وسلك فى الطريق الصحيح بلا انحراف يخترع له العدو مكايد وحيل أخرى ، ويضع فى طريقه عثرات متنوعة . لأنه فى هذه الحالة لا يعمل ضد حياة الانسان بوجه عام . ولكنه يوزع خططه ضد كل عمل مسيحى يقوم به الإنسان - كل عمل له خطية مضادة على حدة - لكى يجعل ممارسته لهذا العمل أو ذاك غير موافقة لإرادة الله .

منذ اللحظة التى نفتح فيها أعيننا فى الصباح ، بعد النوم ، الى اللحظة التى نقفلها مرة أخرى عند الليل ، ونحن منشغلون بألوان من النشاط المتتابع ، عمل ينتهى وآخر يجئ ، ولا توجد لحظة فراغ واحدة ، فبفرض أننا فى يقظة دائمة ومنتبهين الى ذواتنا ولسنا مرضى بالكسل أو التراخى ، وبفرض أن عقلنا وقلبنا مرفوعان دائماً لله بالصلاة ، وعلاقتنا مع الآخرين تكون فى حب وصدق ، وبفرض أيضاً أننا نحاول أن نوازن جيداً بين

الجسد والنفس بالنسبة للأعمال والإماتات . بل أيضاً في شئون الحياة اليومية بالنسبة للعلمانيين ينبغي أن تكون موجهة كلها للوصول الى الخلاص في حرص شديد وانتباه وحرارة - لأن الله يساعد الجادين في ممارسة كل شئ على الوجه الصحيح ويرسل نعمته اليهم ويضمنهم في حراسته بواسطة الملائكة وصلوات القديسين - بفرض أن كل هذا موجود ، ولكن العدو لا يغفل أبداً عنا . انه لا يهدأ عن أن يزعج سير حياتنا الهادئ مع الله . يحاول أن يضلنا عن كل شئ صالح نفعله ، ويحولنا الى أعماله الشريرة : فإما أن يسرع لكي يوقفنا عن ممارسته ، أو عندما نكون قد بدأنا يتدخل كي يعرقل تقدمنا ، وإذا فشل في هذا يشتاق أن يجعل نتائج هذا العمل الصالح بلا استحقاق ؛ وإذا قاسى الهزيمة في كل ما سبق يصمم خططاً لينزع من العمل كل قيمة في عيني الله بإثارة المجد الباطل والزهو .

القديس يوحنا الدرجي يتحدث عن هذه الحيل كلها فيقول :

«بالنسبة لكل المحاولات التي نحاول بها أن نرضى الله ، تحفر الشياطين ثلاث حفرات لنا » .

✠**الأولى** : يحاولون أن يوقفوا ممارسة العمل الصالح .

✣ **الثانية** : إن انهزموا فى هذه المحاولة الأولى ، يحاولون أن يجعلوا أعمالنا ليست بحسب مشيئة الله .

✣ **الثالثة** : عندما يفشل هؤلاء اللصوص فى هذا أيضاً ، يسلبون النفس بلا ضجة وذلك عن طريق تملقنا بأننا قد أرضينا الله فى كل ما عملناه .

التجربة الأولى تقاوم بالغيرة المتوقدة وتنكر الموت ، والثانية : بالطاعة واستصغار الانسان لنفسه . والثالثة : بإلقاء اللوم على النفس وتبكيتها دائماً « **فلما قصدت معرفة هذا إذا هو تعب فى عينى . حتى دخلت مقادس الله و انتبهت الى آخرتهم** » (مز ٧٣ : ١٦ ، ١٧) .

وعندما تدخل النار الإلهية فى مقادسنا ، لا تقوى علينا العادات الشريرة « **إلهنا نار آكلة** » (عب ١٢ : ١٩) . يلتهم كل إثارة وحركة للشهوة وكل عادة شريرة ، كل قساوة وكل ظلمة داخلية أو خارجية فى النظر أو الفكر .

لا يستطيع قلم أن يصف كل حيل العدو ووسائله ، انتبه فى ذاتك . ووحد ذهنك فى الغرض الواحد وهو أن ترضى الله فى كل صغيرة وكبيرة . وحينئذ ستعلمك الحياة ذاتها أن تميِّز وتعتبر مكايد العدو . على أية حال سأعطيك مثلين أو ثلاثة للسجس الذى

يحدثه العدو لنفوسنا كي يفسد علينا أعمالنا ، إن كانت هذه الأعمال تستمر وقتاً ما :

إن قرر شخص مريض أن يحتمل مرضه بقلب راضٍ وفعل هكذا ، فالعدو إذ يرى أن هذا الشخص سيصير بهذا العمل راسخاً في فضيلة الصبر ، يحاول أن يثير الاضطراب ليثنيه عن عزمه الصالح . ومن أجل هذا الغرض ، يبدأ في أن يذكره بأعمال صالحة كثيرة كان يمكنه أن يقوم بها لو كان بصحة جيدة ، ويحاول أن يقنعه بأنه كان يمكن لو أنه في كامل صحته أن يعمل الكثير لخدمة الله لفائدة نفسه والإخوة أيضاً ، كان يمكنه أن يذهب الى الكنيسة مثلاً ، وأن يعظ الناس ، أو يقرأ ويكتب لبنيان الآخرين ... إلخ . وحالما يلاحظ العدو أن هذه الأفكار مقبولة ، يملأ بها ذهن الشخص أكثر فأكثر ويعدد صورها ويزخرفها ، ويجعلها تمتلك الأحاسيس وتولد الأهواء والضغطات المرافقة وتصوير مدى النجاح الذى سيكون من هذه الأعمال أو غيرها ، فيتولد فى الشخص شعور الأسف لأنه مريض ومربوط القدم أو اليد ، ورويداً رويداً يتحوّل هذا الأسف الى تذمر وعدم رضى تحت تأثير التكرار المستمر لمثل هذه الأفكار والحركات الداخلية فى النفس . وهكذا ينقلب ما عزم عليه المريض من

الصبر بقلب راضٍ . وبدلاً من قبوله لمرضه كدواء مرسل من الله وفرصة ليتدرب فيها على فضيلة الصبر ، ينظر الى المرض كشئ معطل لعمل خلاصه . وهكذا تصير رغبة الشخص للتحرر من المرض بلا ضابط رغم أنها لم تزل ذات غرض صالح وهو إتمام الأعمال الصالحة المُرضية عند الله في كل طريق . وإذ قد انحرف الإنســان المسكين ، هكذا بعــيــداً ، يسلب العــدو ذلك الفــرض الصالح من قلبه وعقله وتكون رغبة في الشفاء من أجل الشفاء ذاته وينظر الى مرضـه بضيق واشمئزاز ، ليس كمعوق للخير ولكن كشر في حـد ذاته . ونتيجة لهذا يصل عدم الصبر الى أقصى مداه ويتحوّل الى شكوي ، إذ لم يتهذب بالأفكار الصالحة ، وهذه الشكوى تنزع السلام من المريض ، ويفرح العدو لأنه قد عكّر صفاءه ، وفوّت عليه فضيلة الصبر بقلب راضٍ .

وبنفس الطريقة تقريباً ينقض العدو على الفقير القانع بنصيبه مصوراً له مقدار أعمال الخير الجليلة التى كان يمكنه أن يقوم بهـا لو كـانت له ثروة . وبطريقـة مـشـابهـة يعكر العـدو هدوء السـالكين تحت الطاعة ، سواء فى دير أو فى شـركة مـحبة مع آخرين . مقنعاً إياهم أنهم سيكونون بطيئى النمو فى الوصول الى الكمال المطلوب إن هم استمروا فى حياتهم على هذا المنوال

(أى تحت الطاعة) . ويغريهم بطريق الوحدة والعزلة فى البرارى . وغالباً ما ينفذ هذا الاقتراح ، ولكن بعد أن تتحقق رغبته في الوحدة يترك نفسه للتوانى والتراخى والكسل وهكذا يفقد ما قد بلغه ، بعد جهد شاق ، فى حياته الأولى تحت الطاعة . والعكس أيضاً يحدث ، حينما ينجح العدو فى إخراج شخص فى وحدته وعزلته . مقنعاً إياه أن جلوسه فى الوحدة بلا فائدة لنفسه أو للآخرين بينما إن نزل الى الخدمة ستمتلئ حياته بكثير من الأعمال النافعة له وللآخرين . ولكن عندما يستجيب إنسان لهذا الاقتراح ويدخل ديراً أو ينزل ليخدم فى العالم ، فإنه لا يقوم بالأعمال المفيدة التى كان يأمل أن ينجزها بل وسرعان ما يفقد ما قد حصل عليه فى البرية ويصبح صفر اليدين .

توجد حالات مشابهة كثيرة ، ينجح فيها العدو فى إغراء إنسان لتغيير وضعه وتبديله بوضع آخر تحت زعم أنه أكثر فائدة وهكذا يشتت شخصاً بطريقة وآخر بطريقة أخرى .

إن الإنسان الذى يسلك فى حياته بتدبير معلمين مختبرين ومشيرين صالحين يعمل بمشورتهم ، ويطيع كل ما يشيرون به عليه فى تسليم كامل واتضاع تام ، ينجو بسهولة من مثل هذه التجارب . ولكن إن كان لسبب ما قد عدم شخص هذه البركة

فعليه أن يتنبه الى ذاته ويتعلم أن يميز تماماً بين الخير والشر على ضوء المبادئ المسيحية التى ترتكز عليها حياتنا . إن كانت الظروف التى تبدو لنا أنها عائق أمام طريقنا لفعل الصلاح ، لم نختارها نحن بإرادتنا ولكنها مرسلة من قبل الله فالواجب أن نرضخ لها بكل خضوع ، ولا نسمع لأى اقتراح يردنا عن هذا الخضوع . فعندما يرسل الله لك مثل هذه الظروف فهو لا يريد منك أن تدبر نفسك ، وتسلك بحسب ما تقتضيه الظروف فى حدود الإمكانيات الميسرة . فسواء كنت مريضاً أم فقيراً احتمل هذا ، فالله لا يريد منك سوى أن تحتمل ، وتحتمل بقلب صالح منشغلاً دائماً فى عمل الخير فمتى نظر الله لك سيجد أنك تعمل وتعيش بطريقة صحيحة ... وبوجه عام ان كنت تريد أن تغيّر وضعك فأنت تريد أن تغيّر الأحسن بالأردأ .

ولكن إن وجدت نفسك فى وضع يبدو أنه يحجب عنك مجالات الأعمال الصالحة الممكنة بالنسبة لك ؛ وأن هذا الوضع أتى نتيجة لرغبتك الشخصية . لذا ، فطالما أنك قد اخترته ربما لغرض ما ، فارتبط أنت بهذا الغرض . ولا تدع أفكارك تتشتت فى أشياء أخرى مختلفة ، بل ارتبط دائماً بالهدف الواحد لما يمكنك أن تعمله فى وضعك واستمر ثابتاً هناك . وهكذا كمل الأعمال

المتصلة به بهدوء مقتنعاً تماماً أنك ان نسبتها الى الله بدلاً من الاعتماد على النفس ، سوف لا يكون الزمن المنصرف هناك ضائعاً هباءاً . ولكنها ستكون مقبولة أمام الله كتقدمة كاملة . ودُم أنت فى سلام .



٣٤

كيف يفسد العدو الفضائل ذاتها
ويجعلها محسوبة على من يمارسونها

عندما يفشل العدو :

ولنفترض الآن انك تسلك طريق الفضيلة بحق وإخلاص، وبلا انحراف نحو اليمين ، أو نحو اليسار ؛ لا تتخيل أن العدو سيكف عنك ... أبداً ! لقد سمعت من قبل الاقتباس الذى أخذته من القديس يوحنا الدرجى . ذلك بأن العدو حين يرى أن محاولاته كلها قد باءت بالفشل ، ولم يقدر أن يوقعك فى الشر ، يبدأ فى ملاحقتك بتلصص ويتملقك هامساً فى أذنيك ما قد أرضيت الله بحياتك ، هذه هى تجربته الأخيرة . والاستجابة التى تحدث نتيجة لتملقه هذا هى الإحساس بالعجب والزهو ، والشعور بالأهمية الذاتية والرضى عن النفس . تلك الأمور التى تولّد المجد الباطل والكبرياء . فالمجد الباطل يسلب من أعمالنا كل قيمة حتى ولو كانت أعمالاً صالحة أما الكبرياء فيصيّرنا مُبغضين من الله . لذلك تيقظ يا حبيبى واطرد تملقات العدو ولا تسمح لها أن تصل الى قلبك برفضك إياها من أول لحظة تلمس فيها أذنيك ! . لكى تتجنب

هذا الشر الذى يتهددك ، اجمع عقلك فى داخل قلبك ، وكن على استعداد دائم لصد سهام العدو . قف هناك فى الداخل كقائد فى ميدان القتال ، واختر موقعاً دقيقاً لتقود منه المعركة وحصنه تماماً ولا تفارق هذا الموقع ، وتحصيناته ، وعتاده الحربى هو شعورك العميق بأنك لا شئ ، وأنك بالحقيقة فقير وأعمى وعريان ، وأنك غنى فقط فى الضعفات والأخطاء والأعمال التى تستحق اللوم ، والحماقة ، والباطل ، والخطيئة . وعندما تأخذ هذا الموقع لا تسمح لعقلك أن يتجوّل خارج حصنك ، وبنوع خاص اجعله يكف عن إرتياد حقولك وبساتينك المثمرة ظاهرياً ، أى أعمالك الصالحة . فلو داومت على هذا التدريب لا تمسك سهام تملق العدو المسمومة ، وحتى وإن حدث أن واحدة من هذه السهام وصلت اليك ستردها حالاً وتصدها وتلقيها بعيداً .

معركة فى القلب ضد فكر العدو :

كذلك مثل المحاربين فى حصن المعسكر ، لا تكسل ، ولكن لتواصل تداريبك الحربية أو لتتجهز وتقوى تحصيناتك . وعليك أيضاً وأنت فى عمق هذه المشاعر أن تشعر بأنك لا شئ ، وبأكثر تحديد إفعل ما يلى : اعلم أنك مهما ضبطت عقلك بحزم ، سيستمر فى الشرود والهرب ، ولا عجب إن كان فى جولاته يرتاد الى أعمالك التى تبدو ظاهرياً أنها صالحة وعندما يبلغها يمسك

بها العدو فوراً ويمزجها بالزهو والعجب بطريقة تجعل العقل يميل بذاته الى جانب العدو ، وعند رجوعه يحاول أن يجذبك معه. فبمجرد أن تلاحظ هذا ، إجمع ذهنك الى ذاتك وقل له اسمع أيها العقل : أنت دائب على اخباري بأن هذا حسن وهذا غير بطال . ربما يكون الأمر كذلك ؛ ولكن ما فائدة هذا بالنسبة لي ؟ كنت على وشك أن تمدحني ، حسناً ، ها أنا سامعك ، تغنى بمديحي . ولكن إعلم أن العدالة تتطلب منك أن تمدحني على أعمالي الخاصة فقط . أما بالنسبة للأعمال الآتية من الله ونعمته فليكن المديح والشكر فيها لله . لذلك دعنا نفحص ما يخصنا وما يخص الله ولتنسب الى الله الأعمال الآتية من الله ، ونحتفظ لأنفسنا بما لنا . حينئذ نعرف قيمتنا ومقدارنا - إن كان باقياً لنا شئ ، يستحق أن نمدح أنفسنا عليه ، هيا لنبدأ ، لنلق نظرة على ذلك الزمان قبل وجودنا . أين كنا وقتئذ ؟ كنا لا شئ ، وغير قادرين على عمل أى شئ . فأى شئ عملناه استحقينا به نعمة وجودنا من مصدر كل حياة ؟ إذن فوجودنا هو عطية مباشرة من الله ، إن هبة الله إلهية ، وهذه هي البداية ثم بعدها تلنا كل النعم اللاحقة الممنوحة لنا من مراحم الله غير المحدودة فلننسب هذا إذن الى الله .

ثم بدأنا أن نعيش . كيف ؟ نحن أنفسنا لا نعرف فنحن لم

ندر بوجودنا سنيناً عديدة فى مستهل حياتنا ، رغم أننا كنا موجودين فعلاً وبعد أن شعرنا بالوجود ، لم نكن قادرين آنذاك أن نقوم بأود حياتنا ، ولكن اعتنت بنا أيادٍ وهذا ليس من أنفسهم بل بدافع العناية المفروسة فيهم من رئيس الحياة والوجود وهكذا نشأنا وتربينا وترعرعنا ووقفنا على أقدامنا . ولم نكن سبباً لأى شئ من هذا لذلك فلنضع هذا جانباً أيضاً . حينئذ بدأنا أن نعيش معتمدين على أنفسنا . ولكن ما هو الذى لنا فى أنفسنا ؟ انها قوتنا الحيوية ، ووسائل معائشنا : وهذه ليست منا ، انها عطية أيضاً من الله . فالمعرفة المباشرة عن الله هبة منه ، كذلك الضمير هبة من الله ، وأيضاً التعطش الى الحياة السمائية هبة من الله . هؤلاء الثلاثة يتحمسوا فى حياتنا ويدفعوننا نحو السماء . أنت يا عقلى لست منى : لقد أعطيت لى من الله . فكل قواى الحيوية – أي الإرادة ، بكل طاقاتها – ومشاعرى ، والقدرة على الاستمتاع بالحياة وكل ما حولى لا ينسب الىّ . جسدى بكل وظائفه وغرائزه التى تحدد وجودى الطبيعى الحسن هذا ليس لى أيضاً لأنه بكل ما فيه موهوب لى من الله . وأنا ذاتى لا أنسب لنفسى بل لله . فعندما أعطانى الله الحياة زودنى بتركيبات معقدة للطاقات الحيوية التى فىّ وأعطانى الضمير والحرية . لقد رأى أن أسود على كل ما فىّ تبعاً لوظيفة وقيمة كل جزء من كيانى . فهذا لا يصلح أن يكون سبباً لمديح الذات ، ولكن لتنفيذ الهدف

السـمـائى العظيم الذى من أجله وهبنا الله كل هذه الأمـور ، والواجب الملقى على عاتقنا وخوفاً من الإجابة التى سترد بها على السؤال : ماذا عملنا فى أنفسنا بأنفسنا ؟

حياتنا ووسائلها من يد الهنا :

لننتقل الآن الى الكلام عن وسائل الحياة . يوجد فينا ثلاثة أشكال من الحياة ، حياة الجسد وحياة النفس وحياة الروح ، وكل منها تلزمها وسائل خاصة لوجودها . وهذه الوسائل ميسرة جميعاً ، وجميعها أيضاً هبات من الله وليست من سعينا . الهواء، والنار ، والماء ، والأرض بكل كنوزها وعناصرها وأحجارها ومعادنها ونباتها وحيواناتها التى تمدنا بكل ما نحتاج اليه من مأكل وملبس ومأوى ، هى ليست من صنعنا ولكنها عطايا لنا من الله . كذلك كل المعرفة التى نحتاجها عن ما يحيط بنا ، تنظيم حياتنا اليومية ونظم المجتمعات والحكومات ، الفنون والمهن ، والقوانين التى فى ظلها نعيش ، كل هذه كانت مجهزة من قبل . وليس لنا إلا أن نتعلمها ونهضمها ونستخدمها . فكل إنسان أخذ تراث المعرفة عن أسلافه بدلاً من أن تمل الأذهان من اختراع ما كان موجوداً . ولكن من أين أخذ الأسلاف تلك المعرفة ؟ إنها من الله . فهو يرسل أشخاصاً لهم مواهب خاصة وقوة إرادة بها يتوصلون الى اكتشافات جديدة ويحدثون تقدماً فى الحياة

البشرية . وأنت حين تسأل واحداً من هؤلاء المخترعين كيف توصل لما اخترعه ؟ سيجيب « أنا لا أعرف، لقد أتت الى ذهني كفكرة ، ثم تخمرت وأخذت شكلاً وهيئة » . وهكذا في كل حالة ، وستظل كذلك الى منتهى العالم . فوسائل حياة النفس إذن ليست منا ، إنها عطية من الله لنا . وإن كان كذلك بالنسبة للنفس فكم بالحرى تكون بالنسبة لحياتنا الروحية - الأخلاقية - العقائدية .

معرفة الله ظاهرة ... لأن الله أظهرها:

لقد وضع الله معرفة عن ذاته في أذهان نفوسنا وفي ضميرنا .. أعني معرفة إرادته ، وكل شخص مزود برجاء النعيم الأبدي الذي هو أصل حياة الروح وبذرتها تلك البذرة المباركة المدفونة فينا التي قبلناها حين نفخ الله فينا من نسمة حياة نعمته الإلهية . كل إنسان يولد وفيه ومعه هذه البذرة .أما مدى نمو هذه البذرة فيتعيّن بالأشخاص المحيطين به . يا لعظم النعمة غير الموصوفة حينما يولد الشخص بين أشخاص يتقنون القيادة الى حياة روحية حقيقية ! ولكن أنظر حولك . إن لدينا معرفة عن الله الواحد الحق المعبود كثالوث ؛ ونحن نعترف بابن الله الذي تجسد من أجلنا ووهب كل الأشياء من أجل خلاصنا . ونحن نؤمن بالروح القدس المضئ فينا بنعمته التي نلناها في سر المعمودية والميرون ، ومنشط الحياة الروحية فينا . كذلك نحن مغروسون في

كنيسة الله ونأخذ منها كل ما يلزم للعناية بحياتنا الروحية من أسرار مقدسة في سر التوبة والاعتراف والتناول من جسد الرب ودمه ولدينا الوحي بتوقع قيامة الأموات في العالم الآتي . كل هذه في أنقى وأطهر صورة . لم تكن واحدة من هذه جميعها منا بل كلها هبات من الله .

هكذا ترى غنى بالوسائل التي تحيط بك لتسير في الحياة ، ربما تبدو لك انها طبيعية في ملئها ، ولكن ولا واحدة من تلك الوسائل ثمرة لمحاولاتك بل كلها معطاة لك . انك مدعو لوليمة الحياة المعدة سابقاً ، فإن كان لي ولك شئ من هذا القبيل لنفتخر به ، فربما يكون كيفية استخدامنا لهذه الوسائل جميعها لأننا ان تناولناها بصورة كاملة نقتني ثياب العرس الذي به نحضر الوليمة. فهل في هذا مجد لنا ؟ أما يليق بنا بالأحرى أن نخاف لئلا يأتي مضيف الوليمة الكريم ويقول لنا : « إن هذه وليمة عظيمة ، ولكن أين ثيابك ؟»

والآن دعنا ننظر عن قُرب الى هذا الثوب إن ثوب النفس يتكوّن أصلاً من إحساسات تقوية فاضلة ومشاعر متعمقة فيه وليس في الأعمال وحدها ولكن من حيث أن هذه الإحساسات والمشاعر مخبأة في الداخل فنادراً ما تسبب حالات مجد باطل أو كبرياء ، أما الأعمال المنظورة فإنها تتراقص أمامَ عيوننا . وحيث

أنها اختيارية لذلك تولّد في الفاعل شعور الأهمية الذاتية والرضى عن النفس . أما تأثيرهم الخارجي ، فهو تحريك شهادة المديح من الآخرين على أعمال الإنسان وهذا يعمق شعور الأهمية الذاتية ويجعل الزهو والاعجاب بالنفس يتأصلان ... لذلك فلنفحص أعمالنا لنرى هل لنا أى شئ نقدر أن نفتخر به بلا منازع .

لماذا الإفتخار اذن:

لنذكر أن فخرنا فقط يكون عن الأشياء الناتجة من إرادتنا الشخصية مباشرة وتكون معمولة بنا وحدنا دون أن يشترك معنا فيها آخرين . ولكن أنظر كيف تأتى أعمالنا . ومن أين تبدأ ؟ إنها ظروف معينة تتكوّن وتتهيأ وتقود الى عمل أو الى آخر ، أو فكرة تأتى للذهن لعمل شئ أو لعمل آخر . أما عن اتفاق الظروف فهذا لا يأتى منا ، وواضح أيضاً أن الفكر ليس منك شخصياً بل آخرون قالوا لك عنه وهذا لا يكون علة للمديح ... فافحص الآن كم من الأعمال تقوم بها من هذا النوع ؟ إذا فحصنا كل شئ خالص بضمير سنجد أن جميع أعمالنا تبدأ بهذه الطريقة ولذلك ليس لدينا اطلاقاً ما يجعلنا نفتخر به !

اجتهد أن يكون مدحك من الله :

إن كنا نمدح أنفسنا على شئ ما ، فإنما على بعض الأشياء التى عملناها . لأنه مهما كانت الاندفاعات الخارجية

والداخلية لعمل شئ ما ، فالقرار بانجاز الفعل يتوقف دائماً على إرادتنا . ولكن ليس كل قرار لعمل شئ صالح دائماً صحيح . فالقرار يكون صحيحاً إن جاء متفقاً مع إرادة الله ونابعاً من طاعتنا لإرادته . ولكن بمجرد تقرير شئ لإرضاء النفس أو لإرضاء الآخرين يكون هذا القرار غريباً ورديئاً ومظلماً . أحياناً نقرر القيام بعمل ما خوفاً مما سيقوله الناس عنا إن لم نعمله . وأحياناً نعمل متوقعين كسباً أو ارضاء معيناً إما في الحاضر أو في المستقبل . وأحياناً ببساطة نقوم بالعمل ليس لأننا نريده بل لأنه يجب أن نعمله . مثل هذه الأعمال لا تحسب أنها أعمال صالحة خالصة رغم أنها ممدوحة في مظهرها ولكن في داخلها أمام الله وأمام الضمير ليست كذلك . فلنفحص كم من الأعمال التي لنا من هذا النوع ؟ لمرة أخرى نضطر أن نقرر أن ليس لنا أيضاً ما يمكن أن نفتخر به .

هكذا ، بالفحص الدقيق نرى أن أعمالنا الصالحة لا تعطينا فرصة أن نفتح شفتيّ الافتخار أمام آخرين أو ندق لها طبولاً لأنفسنا في دواخلنا . أما ان تذكرنا كل الأعمال التي نستحق أن نلام عليها – الأعمال الباطلة ، الفارغة ، التي بلا فائدة ، والضارة والمخالفة للناموس ، المكروهة أمام الله ، والتي هي من صنعنا بالحقيقة ، إذا تذكرنا ان هذه الأعمال غير مقبولة ، فإننا سنذكر أننا نحن أيضاً غير مستحقين للقبول !! .

افحص دواخلك أولا :

سأضيف شيئاً آخر : كل أعمالنا المعمولة علانية ، فى البيت وفى العمل ، وفى المجتمع تكون مقياساً لسلوكنا . وإذا نظرنا حولنا لا يمكننا إلا أن نقول أن سلوكنا صحيح بوجه عام . ولكننا لا نستطيع أن نؤكد أن وضعنا الداخلى صحيح كذلك . فإن عيون الناس الذين حولنا تؤثر فى نمط سلوكنا تأثيراً كبيراً .

فالذين يشاهدوننا يجبروننا أن لا نعطى فرصة للشر المضطرم في قلبنا أن يظهر، فنخفى الشر ونظهر بالسلوك الصحيح .

ولكن إما أن يختلف سلوكنا تماماً حين نتأكد أنه لا توجد عيون أخرى ناظرة الينا ... فيحدث لبعض الناس بمجرد تغيير ظروفهم الخارجية ومعيشتهم بأكثر حرية ، إن كل ما كان مكتوماً من قبل ينفجر كالبركان ، ينقلب الإنسان الذى كان يسلك حسناً ويصبح سكيراً ، فاسقاً أو حتى لصاً . كل هذه الدوافع الشريرة لم تكن نبت ساعتها بل كانت موجودة سابقاً ولكنه كان يستتكر التعبير عنها . أما الآن وقد أطلق له العنان بحرية ظهر على الملأ... ولكن رغم خصيصية أن هذه الأمور كونها مجرد شئ داخلى لم يكن ظاهراً إلا أنها فى الواقع تغيير مرتكب مثل هذه الأمور كلها سكيراً ، فاسقاً ولصاً - رغم أنه قد يبدو من

الخارج عكس ذلك . فتأمل جيداً فى ذاتك فربما أنت أيضاً تنطوى تحت هذه المجموعة من الناس . فإن كان الأمر كذلك ولو بدرجة صغيرة فليس لك حق الافتخار أو الارتكان على المديح .

والنتيجة : انك بمساعدة الايضاحات المذكورة سابقاً يمكنك البدء فى عمل إحصاء دورى عن حياتك . فعندما يبدأ العدو ان يدق الطبول فى أذنيك قائلاً ... كم أنت رجل صالح ... ويحاول أن يجد الاستجابة منك بانشغالك فى الزهو بنفسك وتقدير ذاتك يصاب بخيبة أمل ويطرد فى الحال بالاتضاع المتزايد وأفكار تحقير الذات والشعور بمسكنة النفس ، التى يجدك منشغلاً بها عن سماع بقايا طبوله ومعسول كلامه .

انتهى الجزء الثانى من الكتاب

وتتبعه أجزاء أخرى

فاحرص على اقتنائها لكى تجعلها فى مجلد واحد

أودع بدار الكتب تحت رقم ٤٩٦٥ لسنة ١٩٩٧

تطلب من مكتبة كنيسة مارجرجس باسبورتنج - الاسكندرية

تليفون : ٠٣/٥٩١٩٨٨٨٠ - فاكس : ٠٣/٥٩٠٢٨٨٨٠
stgeorge@dataxprs.com.eg